# సాహితీ సద్యోద్యమం

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]



[illegible] :

[illegible] 1998



[illegible] :

[illegible]

[illegible] : [illegible] 10 -

[illegible] :

[illegible] రాజు

[illegible]

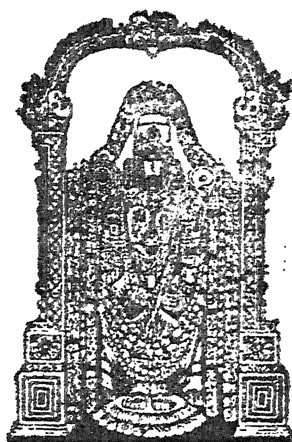
[illegible] 401

[illegible] :

[illegible]

[illegible]

[illegible] : 446



శ్రీనివాసుని మహిమ విచిత్రాలు
[illegible]
[illegible]
సప్తగిరివాసు [illegible]

THIS BOOK IS PUBLISHED WITH THE FINANCIAL ASSISTANCE OF TIRUMALA TIRUPATI DEVASTHANAMS UNDER THEIR SCHEME AID TO PUBLISH RELIGIOUS BOOKS.



శ్రీజనకాత్మజా విమల చిత్తపయోరుహ చంచరీక వి
భ్రాజిత ధామ! సంగర వనరాశి శశాంక శిలాంక మౌళినీ
రాజితవేంద్ర సన్ముని వరేణ్య నితాంత సుకీర్తితాఖ్య! నూ
తీజన హృద్యమైన కృతి ప్రీతి మెయింగొని బ్రోవవె కృపన్.

# ముఖచిత్ర వివరణము

ఆయుర్వేదావిర్భావక్రమము

1. బ్రహ్మ నలువరాణి (వాణి)
2. దక్షుడు (దక్షప్రజాపతి)
3. అశ్వినీదేవతలు (దేవవైద్యులు)
4. దేవేంద్రుడు
5. భరద్వాజ మహర్షి

"బ్రహ్మణాహి యథాప్రోక్తమాయుర్వేదం ప్రజాపతిః
జగ్రాహ నిఖిలేనాదావశ్వినౌతు పునస్తతః
అశ్విభ్యాం భగవాన్ శక్రః ప్రతిపేదేహ కేవలం
ఋషిప్రోక్తో భరద్వాజః తస్మాచ్ఛక్రముపాగమత్

ఆయుర్వేదము బ్రహ్మప్రోక్తము. బ్రహ్మదక్షప్రజాపతికుపదేశ మొనర్చెను. దక్షుని వలన అశ్వినీ దేవతలు, అశ్వినీదేవతల వలన దేవేంద్రుడును ఆయుర్వేదశాస్త్రమును గ్రహించిరి. తదనంతరము సర్వమానవశ్రేయస్సును కోరి, భరద్వాజుడను బ్రహ్మర్షి అచిరకాలమునందే ఆయుర్వేదము నంతయు ఇంద్రుని వలన గ్రహించెను.

---

ముఖచిత్రకారులు :

శ్రీ బర్ల ప్రభాకరరావు B. A., ఉపాధ్యాయులు, తుని.

ముఖచిత్రము యొక్క బ్లాక్:

శ్రీ అమ్మ వెంకట సత్యనారాయణ

Rtd. S.S.SE.Rly.; Durg at Tuni వారి సౌజన్యముతో

నేమాని కుటుంబ శర్మ
B A. B.Ed.,
రిటైర్డు తెలుగు పండితుడు
పాతబజారువీధి, తుని.

తుని.
25-8-93.

# ప్రస్తావన

డాక్టరు బి.వి.రాజు గారు తమమొదటి రచన యగు "శ్రీరామ స్తవరాజము" ద్వారా సాహితీప్రియులకు సుపరిచితులు భిషగ్వర్యులైయుండి, ఆకార్యక్రమములో మునిగి యుండికూడ వారి సాహిత్య పిపాస "సాహితీ సద్వైద్యము" అను మరొక గ్రంధరచనకు వారిని ప్రోత్సహించినది. సాహితీ సద్వైద్యమను నీగ్రంథమును నేను పరిశీలించితిని. ఇది యొక నూతన ప్రక్రియ. ఈ సద్గ్రంథమును గూర్చి నాకు తోచిన నాల్గుమాటలు ప్రస్తావించదలచి దానిని గూర్చి మీకు పరిచయము చేయుచున్నాడను.

పెద్దనామాత్యుని రచన యగు మనుచరిత్ర యందలి కొన్ని పద్యములలో ఆమహాకవి ప్రయోగించిన కొన్ని ప్రయోగములను యధాతధముగ గ్రహించి, వానిని ఆయుర్వేదశాస్త్రానుసారముగ విశదీకరించి యున్నారు. చరకసంహిత,సుశ్రుతసంహిత, ధన్వంతరి నిఘంటువు, మున్నగు ప్రసిద్ధవైద్యగ్రంధముల నుండి పెక్కుచోట్ల ప్రమాణ వాక్యములు చూపబడినవి. తాము చెప్పిన ప్రతివిషయమునకు ప్రమాణమావిధముగ చూపబడుట వలన వారి వైద్యవిద్యావిజ్ఞానము విశదమగుచున్నది.

అంతేకాక పలుచోట్ల భగవద్గీత, మహాభారతము- ఆంధ్రమహాభాగవతము, మేఘసందేశము, నైషధము మొదలగు ఉత్కృష్ట గ్రంధములనుండి ప్రయోగములు, ప్రమాణములు, చూపబడినవి.

దీనినిబట్టి డాక్టరుగారి సాహిత్యప్రవేశము మరియు నాధ్యాత్మిక తత్త్వముగూడ వెల్లడి యగుచున్నదనుట నిస్సందేహము.

ఈ సాహితీ సద్వైద్య గ్రంథమును పఠించుట వలన చాల విషయములు తెలియ గలవు. సామాన్య జ్ఞానము గల వారికి తెలియని ఎన్నో నూతన విషయములు ఆయా సందర్భములలో వెల్లడించి యున్నారు. కొన్ని ఓషధుల ప్రభావము అవి యేయే సమయములందు సేకరించిన మంచి ఫలితముల నొసంగునది,ఆయా సందర్భములలో వెల్లడించబడినది.

ఈ గ్రంథమును రచయిత శ్రీరామచంద్రునకు అంకితము నొసంగియున్నారు. డాక్టరు గారికి ఆయురారోగ్యఐశ్వర్యాభివృద్ధిని, ఇతోధికముగ గ్రంథరచనాశక్తి సామర్థ్యములను యొసగవలయునని కృతి భర్తయగు జానకీరమణుని ప్రార్థించుచున్నాను.

ఈ గ్రంథమును ఆమూలాగ్రముగ చదువుట వలన, ఆయుర్వేద వైద్య విధానమునందలి ప్రాశస్త్యము వెల్లడి కాగలదనుట సంశయరహితము ఈ ''సాహితీ సద్వైద్య గ్రంథము'' డాక్టరుగారి ప్రతిభను చాటు చున్న దనుటలోనేమాత్రము అతిశయోక్తి లేదు. వారి ప్రజ్ఞప్రశంసనీయము.

ఇట్లు,
విద్వజ్జన విధేయుడు
**నేమాని కుటుంబశర్మ**

# అవతారిక

ఆంధ్ర కవితాపితామహుడగు అల్లసాని పెద్దనామాత్యునిచే రచియింపబడినస్వారోచిషమనుసంభవమను ప్రబంధమద్వితీయము ఈ కావ్యమునకు మనుచరిత్రమను నామము గలదు. సాహితీనిరతులకు సుపరిచితమైన యీ కావ్యము తెలుగు పంచకావ్యములలో ప్రథమము. సంప్రదాయ బద్ధముగా సంస్కృతభాష నభ్యసించవలయుననిన పంచకావ్యముల బఠించవలయును. పంచకావ్యములనగా! రఘువంశము, కుమార సంభవము, మేఘసందేశము, భారవి (కిరాతార్జునీయము) మాఘము (శిశుపాలవధ) అరీతిగనే తెలుగుభాషలో పంచకావ్యములు గలవు. మను చరిత్రము, వసుచరిత్రము, ఆముక్తమాల్యద, పాండురంగ మహాత్మ్యము, శృంగారనైషధము.

పెద్దనార్యుడు ఆయుర్వేదమధ్యయనమొనరించినట్లు మను చరిత్రమందత్యంతముగా గల ఆయుర్వేద ప్రసక్తిచే స్పష్టమగుచున్నది.

గీ. కాయ బాలగ్రహోర్ధ్వాంగకములునాల్గు
శల్యదంష్ట్రాజరా వృష సంజ్ఞ నాల్గు
నైన యష్టాంగకము తావులార గల్గు
వైద్యమెనిమిది నెలల సర్వమునునేర్చె.
(మను చరిత్రము 5ఆ. 15ప)

శ్లో. కాయబాల గ్రహోర్ధ్వాంగ
శల్యదంష్ట్రా జరా వృషాన్
అష్టావంగాని తస్యాహుః
చికిత్సాయేషు సంశ్రితా
(అష్టాంగహృదయము)

ఈ శ్లోకమునకు పై పద్యము యొక్క మూడు పాదములు సమమగు అనువాదము. మరియు మనుచరిత్రము షష్ఠాశ్వాసమున దశావతారస్తోత్రములో 113 పద్యమునందు సప్తధాతువులని జెప్ప బడినది. సప్తధాతువులనగా! రసము, రక్తము, మాంసము,మేదస్సు అస్థి, మజ్జ, శుక్రము (రసాసృఙ్మాంసమేదోస్థి మజ్జ శుక్రాణి ధాతవః) శరీరమును ధరించును గావున ధాతువులనబడుచున్నవి.

మను చరిత్రమునందలి వర్ణనలు అసదృశము పద్యములతి రస వత్తరములు. ఇందు ప్రయోగింపబడిన పదజాలమతి రమ్యము ఈపదములను కొన్నిటిని గ్రహించి,ప్రకరణములుగా రూపొందించి "సాహితీ సద్వైద్యము"అనునామముతో సాహిత్యమునాయుర్వేదము నాధ్యాత్మికతత్త్వమును సమన్వయముజేసివ్రాసినాడను. ఈగ్రంధము పండితులకు,పండితేతరులకు నుపయుక్తమగుచో నీకృషిసాఫల్యము నొందినట్లు భావించెదను.

సాహితీ సద్వైద్యమను యీ గ్రంధమందలి విషయములు మానవాళికవశ్యమాచరణీయములు మానవ జీవితమాయుర్వేద శాస్త్ర పద్ధతులననుసరించి ప్రవర్తిల్లినదనుట నిర్వివాదము. కావున వైద్య శాస్త్రమునకతి ప్రాశస్త్యము కలదు. అట్టిపవిత్రమగు ఆయుర్వేదము నభ్యస్తమొనరించిన వారలను ద్విజులని శాస్త్రమున నుడవబడినది.

"విద్యా సమాప్తౌభిషజాం ద్వితీయాజాతిరుచ్యతే
నవైద్యోవైద్యశబ్దంహి లభతే పూర్వజన్మనా"
విద్యా సమాప్తావార్షంవా బ్రహ్మంవా భిషజం ధ్రువం
సత్వమావిశతి జ్ఞానాత్తేన వైద్యోద్విజస్స్మృతః

ఆయుర్వేద శాస్త్రపద్ధతులతో నలరారు మనుచరిత్రమతి ప్రశస్తము. ఇందలి వైద్యవిషయములను వ్యక్తమొనర్చు శక్తిని నాకొసంగిన కరుణరస భరితాంతః కరణుండగు పరమేశ్వరుని సర్వదా ప్రార్థించి చున్నాడను.

సీ. వ్రాసితి దొల్లి శ్రీరామ పూర్వాయత
స్తవరాజ కృతిని సత్కవినివహము
ప్రాజ్ఞలోకంబులు భక్తవరేణ్యులు
సంతసంబును పొంద సంస్కృతమున
సాహసంబలరగ స్వారోచిషాహ్వయ
మను సంభవస్థిత మహిత వైద్య
శాస్త్ర పద్ధతులను సంకలనము జేసి
సాహితీ సద్వైద్య సార్థకమున

తే. తెనుగు వాఙ్మయ కలిత వచన రచన సు
బోధకంబగు తెలుగున బుధులు మెచ్చ
కావ్య నిర్మాణ మొక పుణ్యకార్యమనుచు
సంతరించితి శ్రీరామ చంద్రుకరుణ.

క. నూతన గతి నలరారెడు
యేతత్సాహిత్యవైద్య మిలసత్ప్రాజ్ఞ
వ్రాతంబున కామోద
ఖ్యాతిన్ విలసిల్లుగాత కమనీయంబై.

తుని,
28-8-93.

ఇట్లు,
విద్వజ్జన విధేయుడు
బి. ఏ. రాజు

# కృతజ్ఞతలు

గ్రంథముద్రణ కొరకు ఆర్థిక సహాయ మొసంగిన
తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానము వారికి,
సహృదయతతో ప్రస్తావన వ్రాసి ఇచ్చిన
బ్రహ్మశ్రీ నేమాని కుటుంబ శర్మగారికి,
అత్యంత రమణీయముగా ముఖచిత్రమును రూపొందించిన
సహృదయులగు శ్రీ బర్ల ప్రభాకరరావు గార్కి,
శ్రీ అమ్మ వెంకటసత్యనారాయణ గార్కి,
గ్రంథముద్రణ విషయమై నాకు చేదోడు వాదోడుగ
నుండిన సన్నిహితులగు శ్రీ K.V. సూర్యనారాయణ M Sc గార్కి

## ధన్యవాదములు

అతి సుందరముగా గ్రంథమును ముద్రించిన
రాధాకృష్ణ ప్రింటర్స్ ప్రొప్రయిటర్ శ్రీ బాలేపల్లి గంగరాజుగార్కి
మరియు వారి పరివారమునకు

## కృతజ్ఞతా నమస్సులు

— రచయిత

# ఇష్టదేవతాది స్తవములు

## గణపతి స్తోత్రము

తే॥ శుభసిందూర సందోహ సుందరాంగు
మందహాసరసాన్వి తానందు వరదు
పార్వతీ పుత్రునిభవక్త్రు బంచహస్తు
మన్మనోరథసిద్ధికిన్ మదినిదలతు.

## సరస్వతీస్తుతి

క॥ వాణిన్ వందిత సతు గీ
ర్వాణిన్ నాళీకసంభవ ప్రియరాణిన్
వీణాయత మృదు పాణిన్
పాణిద్వంద్వంబు మోడ్చిప్రస్తుతి జేతున్.

## శ్రీధన్వంతరి స్తవము.

క॥ శరణాగత బుధజన స
ద్వరదుడు పీయూషకుంభధరుడుం ధరణీ
ధరుడక్షరుడౌ ధన్వం
తరి మత్కృతకృతిని జేయుత సఫలమలరన్

సీ॥ అమృత కుంభంబు దివ్యౌషధంబులు గర
పల్లవంబుల యందు ప్రబలు వాని.
చక్రంబు ఘన పాంచజన్యంబులుపరి హ
స్తంబుల నిరతంబు దాల్చువాని
సర్వామయంబుల సమయింప జేయుచు
నాది వైద్యుండునై యలరువాని
భవ బంధముల నుండి భక్త సంతతి నెల్ల
గరుణార్ద్ర దృష్టితో గాచువాని

తే॥ కనక గర్భాది దేవతా గణవినుతుని
యఘవిదూరుని శుభకరునమిత భక్తి
దలతు ధన్వంతరిని సంతతంబు కావ్య
మిలను విశ్రుతమై రహియించు కొరకు

## పండితప్రశంస

శా॥ సాహిత్యాయత వైద్యశాస్త్రవిలసత్ సద్ధర్మసంయుక్త స
న్మోహామోదవిరాజమాన వరకావ్యోత్కృష్టతన్ సన్మతిన్
యూహింపందగువిజ్ఞులంగొలిచెదన్‌యుక్తిన్‌మెయిన్‌ముందుగన్
సాహిత్యామృత వార్ధి మగ్నవిమల స్వాంతుల్ సదా కోవిదుల్

క॥ భారత రామాయణముల
ధీరతతో రచనజేసిధీయుతులౌయా
సూరి వరులకిర్వురకున
నారతమును భక్తి మీఱనంజలిజేతున్

## గురుద్వయప్రస్తుతి

శ్లో॥ దేవ విద్యా ధ్యాపకంచ జ్ఞానతత్త్వ ప్రబోధకం
ముహుర్ముహురహం వందే గురుం సోమకవీశ్వరం

శ్లో॥ గురుంసుబ్రహ్మణ్య శాస్త్రిం శాస్త్రపారంగతం వరం
భిషగ్రత్నం వైద్య విద్యా ధ్యాపకం నౌమి సంతతం.

# స్వారోచిష మను చరిత్రాంతర్గత స్వీకృత పద్య రత్నములు

ఆ పురిబాయకుండు మకరాంక శశాంక మనోజ్ఞమూర్తి భా
షాపరశేష భోగివివిధాధ్వర నిర్మల ధర్మ కర్మ దీ
క్షాపరతంత్రుడంబురుహగర్భకులాభరణంబనారతా
ధ్యాపనతత్పరుండు ప్రవరాఖ్యుడలేఖ్యతనూవిలాసుడై

1ఆ. 51

సీ॥ వరుణాతరంగిణీ దర వికస్వరనూత్న
కమల కషాయ గంధము వహించి
ప్రత్యూష పవనాంకురములు పైకొనువేళ
వామనస్తుతి పరత్వమునలేచి
సచ్ఛాత్రుడగుచు నిచ్చలునేగి యయ్యేట
నఘమర్షణ స్నానమాచరించి
సాంధ్యకృత్యము దీర్చి సావిత్రిజపియించి
సైకతస్థలి గర్మసాక్షికెఱగి

తే॥ ఫలసమిత్కుశకుసుమాది బహు పదార్థ
తతియునుదికిన మడుగు దోవతులు గొంచు
బ్రహ్మచారులు వెంటరా బ్రాహ్మణుండు
వచ్చునింటికి బ్రజదన్ను మెచ్చిచూడ

1ఆ. 54

శీలంబుంగులమున్ శమంబుదమముం జెల్వంబులే బ్రాయముం
బోలంజూచియితండు పాత్రుడని యే భూపాలు డీ వచ్చినన్
సాలగ్రామము మున్నుగా గొనడు మాన్య క్షేత్రముల్ పెక్కుచం
దాలంబండు నొకప్పుడుందరుగదింటం బాడియుంబంటయున్.

1ఆ. 55

ముడిచినయొంటి కెంజెడ మూయ మువ్వన్నె
మొగముతోలు కిరీటముగ ధరించి
కకపాలకేదారకటక ముద్రితపాణి
గురుచలాతాముతో గూర్చిపట్టి
యైణేయమైన యొడ్డాణంబులవణిచే
నక్కళించిన పొట్ట మక్కళించి
యారకూటచ్ఛాయనవఘళింపగజాల్లు
బడుగు దేహంబున భస్మమలది
మిట్టయురమున నిడు యోగ పట్టెమెరయ
జెవుల రుద్రాక్ష పోగులు చవుకళింప
గావికుబుసంబు జలకుండిక యును బూని
చేరెదద్దేహ మౌషధ సిద్ధుడొకడు

1ఆ. 59

ఇట్లు చనుదెంచు పరమ యోగీంద్రుగాంచి
భక్తి సంయుక్తినెదురేగి ప్రణతుడగుచు
అర్ఘ్యపాద్యాది పూజనం బాచరించి
యిష్టమృష్టాన్న కలన సంతుష్టుజేసి.

1ఆ. 60

పరమంబైనరహస్య మౌనయిన డాపంజెప్పెదన్ భూమిని
ర్జరవంశోత్తమ పాదలేపమను పేరంగల్గు దివ్యౌషధం
పురసంబీశ్వరసత్కృప సంగలిగెదద్భూరి ప్రభావంబునం
జరి యింతుంబవమానమానసతిరస్కారిత్వరాహం కృతిన్.

1ఆ. 75

ఇంతలు కన్నులుండ దెరువెవ్వరివేడెదు భూసురేంద్ర యే
కాంతము నందునున్న జవరాండ్ర నెపంబిడి పల్కరించులా
గింతి యకాక నీవెఱుగవేమును వచ్చిన త్రోవ చొప్పు నీ
కింత భయంబు లేకడుగనెల్లి దమైతిమె మాటలేటికిన్.

2. ఆ. 41

దాన జపాగ్ని హోత్రపరతంత్రు డనేని భవత్పదాంబుజ
ధ్యానరతుండనేని బరదారధనాదుల గోరనేని స
న్మానముతోడనన్ను సదనంబున నిల్పు మినుండు పశ్చిమాం
భోనిధిలోన గ్రుంకకయమున్నరయంబున హవ్యవాహనా.

2. ఆ. 76

# ప్రకరణములు

# 1. ఆలేఖ్యతనూ విలాసుడు

ఆలేఖ్యతనూ విలాసుడనగా! చిత్తరువునందు వ్రాయ నలవిగాని రూపముగలవాడు, అత్యంత సౌందర్యవంతుడని అర్థము.

ఈ సౌందర్యము రసాయన విధానముచే సాధ్యము. ఆయుర్వేదమునందు రసాయనిక చికిత్సా విధానమనునది కలదు. ఏ చికిత్సా విధానముచే మానవుడు పరిపూర్ణారోగ్య వంతుడై, అకాల వృద్ధత్వము నొందక, దీర్ఘాయువు గల్గి యుండునో! ఆ చికిత్సా విధానమును రసాయనిక చికిత్స యందురు.

రసాయనిక చికిత్సా విధానముచే దీర్ఘాయుస్సు, నేత్ర హితకరము, దేహబృంహణము, వీర్యవర్ధకము, జ్ఞాపకశక్తి, ధారణాశక్తి, ఆరోగ్యము, తరుణవయస్సు. అవయవ బలము, శరీరకాంతి, స్ఫురద్రూపము లభించును.

రసాయనిక ప్రయోజనము నభిలషించు మానవులు సమస్తభూత సమహితత్వము, సత్యవ్రత పరాయణత్వము, ధర్మాచరణత, దానశీలత, దైవభక్తి, ధైర్యము, శ్రద్ధ, శుచిత్వము, సౌశీల్యము, శాంతము, సద్వృత్తాచరణము, జితేంద్రియత్వము. బ్రహ్మచర్యము, అక్రోధము. యుక్తమగు నిద్ర. యుక్తమగు జాగరణ అనునీ సద్గుణముల బొంది యుండదగి యున్నది.

మనుచరిత్రము ప్రథమాశ్వాసము 51, 54. 55 పద్యములు, మఱియు ద్వితీయాశ్వాసము 53.76 పద్యములయందు పేర్కొనబడిన ప్రవరుని యొక్క సద్గుణ సచ్ఛీలతచే, ప్రవరాఖ్యునకు రాసాయనికక్రియ సిద్ధించి ఉత్కృష్టతనూ విలాసత్వము ప్రాప్తించి యున్నది కేవలము బాహ్యసౌందర్యమే కాక అంతస్సౌందర్యము గల్గియుండుటత్యంతావశ్యకము, అంతస్సౌందర్యమున్నచో బాహ్య సౌందర్యము స్వతస్సిద్ధముగనే సంభవించగలదు.

ఆయుర్వేదమష్టాంగములను యెనిమిది చికిత్సా విధానములతో గూడియున్నది. అష్టాంగములనగా! కాయచికిత్స, బాలచికిత్స (కుమారభృత్యము), గ్రహచికిత్స (భూతవిద్య), ఊర్ధ్వాంగ చికిత్స (శాలాక్యము), శల్య చికిత్స, దంష్ట్రా చికిత్స (విషచికిత్స), రసాయన చికిత్స వాజీకరణ చికిత్స.

ఆయుర్వేదమున రసాయనక్రియ కతిప్రాధాన్యత కలదు. రసాయన విధి వాతాతపికమనియు. కుటీప్రావేశికమనియు రెండు విధములు. రసాయన విధానమును మానవుడు పూర్వ వయస్సునగాని, మధ్యమ వయస్సునగాని, యాచరించవలయును. ఆయుర్వేద శాస్త్రమున, రసాయన విధానమునాచరించిన మహర్షుల నామములను, మఱియు నోషధుల నామముల నాధారముగ, చ్యవనప్రాశరసాయనము నారసింహరసాయనము, ఆమలక రసాయనమాదిగాగల రసాయనౌషధములెన్నియో వివరింపబడియున్నవి.

శీతోదకము, క్షీరము, తేనె, ఘృతము వీనిలో

ఒక్కటిగాని, రెండుగాని, మూడుగాని, అన్నిటినిగాని, ప్రాతః కాలముననే మనుజుడు పానమొనరించుచుండునో! ఆ మనుజునకు రసాయనసిద్ది ప్రాప్తించును మఱియు అశ్వగంధా చూర్ణమును క్షీరముతోగాని ఘృతముతోగాని ఉష్ణోదకముతోగాని, సేవించిన రసాయన ఫలితము సమకూరును. సతతము ఆమలక రసమును (ఉసిరిక పండ్ల రసమును) సేవించుచుండిన నిశ్చయముగ రసాయన గుణము కల్గును.

రసాయన ప్రయోజనము నభిలషించు మానవుడు నిషిద్ధముగాని యాహారము, శాస్త్రమునందు నిర్దేశింపబడిన యాచారము, త్రికరణశుద్ధికల్గిన కర్మలననుసరించుటయందు ప్రయత్నము గలవాడై యుండవలయును.

రసాయన విధానము నాచరించు వారలు కేవలము దీర్ఘాయుష్మంతులగుటయేగాక, దేవతలయొక్క, మహర్షుల యొక్క గతినిగల్గి, శాశ్వత బ్రహ్మపదమును పొందుచున్నారు.

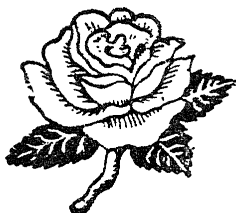
రసాయన విధానమును గూర్చి, అష్టాంగహృదయమునందీ విధముగా కలదు.

దీర్ఘమాయుః స్మృతిం మేధామారోగ్యం తరుణం వయః
ప్రభావర్ణ స్వరౌదార్యం దేహేంద్రియ బలోదయం
వాక్సిద్ధిం వృషతాం కాంతిమవాప్నోతి రసాయనం"
"బ్రహ్మచారీ ధృతియుతః శ్రద్ధదానో జితేంద్రియః
దానశీల దయా సత్యవ్రత ధర్మపరాయణః

దేవతానుస్మృతియుతః యుక్తస్వప్న ప్రజాగరః"
"సత్యవాదినమక్రోధమధ్యాత్మ ప్రవణేంద్రియం
శాంతం సద్వృత్తనిరతం విద్యాన్నిత్య రసాయనం"

మఱియు నాంధ్రమహాభారతమునందీ విధముగా రసాయనమును గూర్చి నుడువబడినది

"తపమునను బ్రహ్మచర్యవ్రతమున హితమి
తాశనమున రసాయనాభ్యాసమునను
బెరుగునాయు వాక్రియలపై నరుడు ప్రీతి
గలుగుటయు బూర్వభవకృత కర్మఫలము.



# 2. ప్రత్యూష పవనాంకురములు

ప్రత్యూష పవనాంకురములనగా! వేకువజామున వీచు పిల్లవాయువులు మందమారుతములని పేరు. అట్టి వాయువులు వీచు సమయము బ్రహ్మముహూర్తకాలము. "బ్రాహ్మే ముహూర్తే ఉత్తిష్ఠేత్ స్వస్థోరక్షార్థమాయుషః"

(అష్టాంగ హృదయము)

సదా ఆరోగ్యముగోరు మనుజుడు, బ్రహ్మముహూర్త కాలమున (సూర్యోదయమునకు నాల్గు ఘడియలు ముందు అనగా 1 1/2 గంటలుముందు) నిద్రనుండి మేల్కొన వలసి యున్నది. భగవత్పరపూజాది కర్తవ్యాచరణకు బ్రహ్మ ముహూర్త కాలమతి ప్రశస్తము. ఆ సమయమున మనస్సు అన్నచింతా రహితమై, నిశ్చలముగా నుండును. బ్రహ్మ ముహూర్తకాలమునుగూర్చి శ్రీమద్రామాయణమున "కౌసల్యా సుప్రజా రామ పూర్వాసంధ్యా ప్రవర్తతే ఉత్తిష్ఠనరశార్దూల కర్తవ్యం దైవమాహ్నికం"

యజ్ఞసంరక్షణార్థమై, విశ్వామిత్రుడు రామ లక్ష్మణు లను దోడ్కొని పోవుచూ, మార్గమధ్యమున సరయూనదీ తీర మున రాత్రి సమయమునందు పర్ణసంస్తర శాయియైన శ్రీరామ చంద్రుని గూర్చి "కౌసల్యా సుప్రజారామ" "నర శార్దూల" అని మృదుమధురమైన వాక్కులతో బ్రహ్మ ముహూర్తకాలముననే మేల్కొల్పినట్లు కలదు.

నిదురయొక్క నిర్వచనమాయుర్వేదము నందీవిధ
ముగా జెప్పబడినది.

"యదాతు మనసి క్లాంతే కర్మాత్మానః క్లమాన్వితాః
విషయేభ్యో నివర్తంతే తదా స్వపితి మానవః"
(చరక సంహిత)

మనస్సు అమితముగా నలసట జెందినపుడు అట్టి మన
స్సుచే ప్రేరితములైన అవయవములు, స్వవిధులయందు ప్రవ
ర్తించి బడలిక జెంది, తమ కృత్యములనుండి నివర్తింపబడి,
మనస్సున లీనమగును. అదియే నిద్ర. మఱియు

"నిద్రాయత్తం సుఖం దుఃఖం పుష్టిః కార్శ్యం బలాబలం
వృషతా క్లీబతా జ్ఞానమజ్ఞానం జీవితం నచ"
(చరక సంహిత)

శరీరమునకును, మనస్సునకును సంబంధమగు సుఖము,
దుఃఖము, పుష్టి, కృశత్వము, బలము, బలహీనత, పుంస
త్వము, నపుంసకత్వము, జ్ఞానము, అజ్ఞానము, జీవితము,
మరణము అనునవి నిద్రాయత్తములై యుండును.

"తమో భూయిష్ఠానామహస్సు నిశాసుచ భవతి
రజో భూయిష్ఠానామనిమిత్తం సత్త్వ భూయిష్ఠానామర్థరాత్రౌ"
(సుశ్రుత సంహిత)

తమోగుణాధిక్యతగల మానవులకు రాత్రిం బవలును
నిదుర కల్గును. రజోగుణ భూయిష్ఠులకు అనిమిత్తముగా
నేసమయమందైనను నిద్రకలుగును. సత్త్వగుణ బాహుళ్యము

వలన అర్ధరాత్రియందు నిద్రకల్గును. సత్త్వరజస్తమో గుణముల గూర్చి, యీ గ్రంధమునందలి "పరదార ధనాదులు" అను ప్రకరణనందు విపులముగా వివరింపబడినది.

ఆరోగ్యమనగా! శరీరము, మనస్సు, స్వస్థతతో నుండుట.

"సత్త్వమాత్మా శరీరంచ త్రయమేతత్ త్రిదండవత్
లోకస్తిష్ఠతి సంయోగాత్ తత్రసర్వం ప్రతిష్ఠితం"
(చరక సంహిత)

మనస్సు, ఆత్మ, శరీరము యీ మూడును కలసి, మూడు కంబములబోలె, లోకమున జంగమ రూపమగు జీవ సముదాయమునకాధారమై యున్నది. జంగమములనగా! ఉద్భవించిన చోటుననే యుండక పలుతెఱంగుల సంచరించు స్వభావము, శక్తియు గల మానవులు, మృగములు, పక్షులు, మొదలగునవి. స్థావరములనగా! ఉద్భవించిన స్థానముననే యుండి, వృద్ధిబొంది, కాలాంతరమున అంతమొందు వృక్షములు మొదలగునవి. స్థావరములు (IMMOVABLE) జంగమములు (MOVABLE). ఈ దృశ్యమాన ప్రపంచమంతయు స్థావరజంగమాత్మకము. "త్రయమేతత్ త్రిదండవత్" అనుటవలన. సత్త్వాత్మ శరీరములు మూడును కలసియే లోకమునకాధారభూతమని గ్రహించవలసి యున్నది. మూడు కాళ్లు గలిగిన త్రిపదియందు, దానినాధారముగజేసి యొక వస్తువు స్థిరముగ నిలచియుండును. ఆ కాళ్లలోనొకటి లేనిచో నిలువ సంభవముకాదు, ఆ రీతిగనే సత్త్వాత్మ శరీరములు

మూడును కలసినచో లోకమునకాధార మగునుగాని, అందొకటి లేనిచో జీవితము నిలచుట యసంభవము. సత్వాత్మ శరీరముల కలయిక జీవితమని చెప్పబడును. అట్టి జీవితము పరిపూర్ణారోగ్యవంతమైయుండవలయును. ఆరోగ్యవంతుడైన మానవుడు ధర్మార్థకామ మోక్షములు అను చతుర్విధ పురుషార్థముల బొందగలడు. "ధర్మార్థకామ మోక్షాణామారోగ్యం మూలముత్తమం" అని ఆర్యోక్తి.

ఈ సర్వప్రపంచమున కాధారభూతమైనది. ధర్మము. అట్టి ధర్మము నిశ్శేషముగ నిర్మూలమైనచో, ప్రపంచమునకు హాని సంభవించుట నిశ్చయము. కావున ధర్మయుతమగు జీవితమును నిర్వహించవలయునని. మహర్షులు ధర్మశాస్త్రముల వలన బోధించియున్నారు.

అర్థమనగా! సువర్ణము మొదలగు ధనరూపమైనది. మానవ జీవితమున కర్థమావశ్యకము గావున ధర్మయుతముగనే అర్థమునార్జింప వలసియున్నది. అధర్మముగనార్జించిన అర్థమనర్థదాయకము.

కామమనగా! ఇహలోకమునకు సంబంధించిన స్త్రీ సుతాది సుఖానుభవము. మఱియు పరలోక సంబంధమగు స్వర్గాదుల యందగలి కోరిక. కామము సృష్టికార్యమునకాధారభూతము. అట్టి పవిత్రమగు కామమును ధర్మవిరుద్ధముగ నొనరించుట దోషము.

మోక్షమనగా! అనేక జన్మల నుండి పొందుచున్న,

జనన మరణ రూప సంస్కారమును త్యజించి, జ్ఞానముచే బొందదగిన జనన మరణ రహిత శాశ్వత స్థానము.

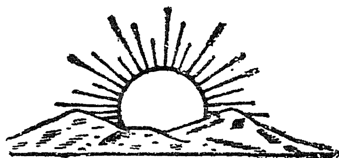
ఇవియే ధర్మార్థకామమోక్షములను చతుర్విధ పురుషార్థములు.

అర్థకామమోక్ష సాధనకు ధర్మము ముఖ్యము. గాన ధర్మము తొలుతనుడువబడినది ధర్మరహితజీవితమువ్యర్థము. అట్టి ధర్మాచరణకు శరీరము ముఖ్యము "శరీరమాద్యంఖలు ధర్మసాధనం" శరీరమును పవిత్రమగు ఆహార విహారాదులచే పరిరక్షింపదగియున్నది. వైద్యశాస్త్రమున ధర్మాచరణ కతిప్రాముఖ్యతకలదు వేదప్రోక్తములగు ధర్మములాయుర్వేదమునం గలవు

ఆయుర్వేదము బ్రహ్మప్రోక్తము, బ్రహ్మ దక్ష ప్రజాపతి కుపదేశమొనర్చెను. దక్షుని వలన అశ్వనీదేవతలు, అశ్వనీ దేవతలవన దేవేంద్రుడు నాయుర్వేద శాస్త్రమును గ్రహించిరి. తదనంతర మంగిరాది మహర్షులొకసమయమున, హిమవత్పర్వత ప్రాంతమునందుపవిష్టులై, ధర్మార్థకామ మోక్ష చతుర్విధ పురుషార్థ సాధనము కొఱకు. మానవులకు రోగములు విఘ్నభూతములు గావున, అట్టి రోగనిరోధ నివారణార్థమై, సర్వమానవ శ్రేయస్సునుగోరి, భరద్వాజుడను బ్రహ్మర్షిని, ఆయుర్వేద శాస్త్రము నభ్యసించు నిమిత్తమింద్రుని కడకనుపుటకు నియోజించిరి. ధీశాలియగుభరద్వాజుడింద్ర భవనమునకేగి, ఇంద్రుసగాంచి అభినందవ పూర్వకముగా నింద్రునాశీర్వదించి, ఆయుర్వేము నుపదేశింపుమని భరద్వా

జుడింద్రునిగూర్చి పలుకనింద్రుడు కడు సంతసించి, బ్రహ్మ ప్రోక్తమగు నాయుర్వేదమును, యథాతథముగా బోధించెను. తపస్స్వాధ్యాయ నిరతుడగు భరద్వాజు డచిరకాలముననే యాయుర్వేదమునంతయు గ్రహించెను. పిమ్మట భరద్వాజుని వలన ఆత్రేయాది మహర్షులు, ఆత్రేయునివలన అగ్నివేశాది మహార్షులు ఆర్గురు గ్రహించిరి.

అష్టాంగ సంయుక్తాయుర్వేదశాస్త్రమునందలి స్వస్థవృత్త సద్వృత్త ప్రకరణమున, మానవాచరణీయములగు సదాచారములను, ఆహారవిహారాదులను, విపులముగా వివరించుచూ, బ్రహ్మముహూర్త సమయమందాయురారోగ్య పరిరక్షణార్థమై, నిద్రనుండి మేల్కొనవలయునని పేర్కొనబడియున్నది.



# 3. అఘమర్షణ స్నానము

"స్నానమూర్జాబలప్రదం
కండూమలశ్రమస్వేద తంద్రాతృట్ దాహపాప్మజిత్"
(అష్టాంగ హృదయము)

స్నానము జేయుట వలన ఓజస్సు, బలము, గల్గును. దురదలు, మలినము, నిర్మూలమగును. శరీరపరిశ్రమ, స్వేదము దాహము, ఆకలి, కునికిపాట్లు, తొలగిపోవును. పాపములు నశించును.

పాపములు నశించుట అఘమర్షణస్నానము వలన సాధ్యము. గాయత్ర్యాద్యఘమర్షణ మంత్రముల బఠించుచూ నీట మునిగిచేయు స్నానమును, అఘమర్షణ స్నానమందురు, మఱియు యజ్ఞకర్మానంతర మొనరించు స్నానము అవభృథ స్నానము. వివాహాత్పూర్వ మాచరించు స్నానము మంగళ స్నానము, సర్వమంగళయగు పార్వతీదేవి వివాహాత్పూర్వము మంగళ స్నానముచే విశుద్ధగాత్రియైనట్లు, కుమార సంభవ మహా కావ్యమునసీరీతిగా వర్ణింపబడినది.

"సా మంగళస్నాన విశుద్ధగాత్రీ
గృహీత పత్యుద్గమనీయ వస్త్రా
నిర్వృత్త పర్జన్య జలాభిషేకా
ప్రఫుల్లకాశా వసుధేవ రేజే"

స్నానానంతరము సంధ్యావందనము. గాయత్ర్యాది మంత్రజపాదుల నొనరించవలసి యున్నది. సత్కర్మానుష్ఠాన

రహిత స్నానము నిరర్థకము. కేవలము శరీర పరిశుభ్రత కొఱకు మాత్రమే స్నానము నిర్దేశింపబడలేదు. ఉషఃకాలమున జేయుస్నానము పవిత్రము. కావుననే మహర్షులు ఉషఃకాలముననే స్నానమొనరించినట్లు, శాస్త్రములవలన గ్రహించవలసియున్నది. సూర్యోదయాత్పూర్వమున జేయు స్నానము మధ్యమము. ఇక సూర్యోదయానంతరమున జేయు స్నానమునకు ప్రాధాన్యత శూన్యము.

స్నానము నగ్నముగా (NAKED) నొనరించుట వైద్యశాస్త్రమున నిషేధము విధింపబడినది. "ననగ్న ఉపస్పృశేత" అని యమునానదియందు నగ్నస్నానము(ం)జేయు గోపికలం గూర్చి, శ్రీకృష్ణుడు యీ విధముగా పలికినట్లు ఆంధ్ర మహాభాగవతమున గలదు.

"వ్రతనిష్ఠలైయుండి వ.. వలుగట్టక నీరుసొత్తురె మీరు నియతి దప్పి" స్త్రీలకు నగ్నస్నాననిషేధము శాస్త్రవిహితము కాదు. కాని వ్రతనిష్ఠలైయుండి, నగ్నముగా నదియందు స్నానముజేయుట నిషిద్ధమని గ్రహించదగియున్నది. పురుషులు ఏవిధియందైనను, ఏ ప్రదేశమునందైనను నగ్నముగా స్నానము జేయుజనదు.

గృహస్థ దీక్ష కొఱకు ప్రమాణమునరించు సమయమందు "న నగ్న స్నాయాం" నగ్నముగా స్నానము జేయ నొల్లను అను వేదవాక్యమెల్లరకు విదితమే. గాన వేదము నాయుర్వేదము ననుసరించి, నగ్న స్నానము నిషిద్ధము.

కూపోదకము (నూతినీరు), తటాకోదకము చెఱువునీరు,

మఱియు నదీజలము స్నానార్థముపయుక్తము ఇతరదు కూప తటాక జలముకంటె, ప్రవహించుచున్న నదీజలము (జీవనదీ జలము) ప్రశస్తము.

నదీజలము మానవుల యొక్క పాప సముదాయమును పరిమార్చునని మాఘకావ్యమునందీ విధముగా కలదు.

"అశేష తీర్థోపహృతాః కమండలో
ర్నిధాయ పాణావృషిణాభ్యుదీరితాః
అఘౌఘ విధ్వంసవిధౌ పటీయసీ
ర్నతేన మూర్ధ్నా హరిరగ్రహీదపః"

అశేషతీర్థోపహృతమైన జలమును, కమండలమునుండి హస్తమునందిడుకొని నారదమహర్షి ప్రోక్షింపగా. పాప సమూహమును వినాశనమొనర్ప సమర్థతగల యా జలమును, నతమస్తకముతో శ్రీకృష్ణుడు స్వీకరించెను.

ఇచ్చట నీ వరణ తెలియుచున్నది నదీజలము పవిత్రము. పాపహరము అని శాస్త్రప్రమాణమైనను, మను జుల ప్రయత్న పూర్వకముగా నొనరించు పాపకర్మలు నదీస్నానముచే హరింపబడుట అసంభవము. ఇక మానవుల నిత్యదినచర్యలో నవ్యక్తముగా జరిగిన పాపములు మాత్రము ప్రత్యహమొనర్చు నిత్యనైమిత్తిక స్నానాద్యనుష్ఠాన పుణ్య కార్యముల వలన తొలగునని తెలిసికొనదగియున్నది.

శరదృతువునందు (ఆశ్వయుజ కార్తీక మాసములు) ప్రవహించుచున్న నదీజలము, స్నానపానములకు కడు యోగ్య మని ఆయుర్వేదశాస్త్రమున "శుచి హంసోదకం నామ

నిర్మలం మలజిజ్జలం" అని చెప్పబడినది. ఆ ఋతువునందు, నదీజలము, పగలు సూర్యరశ్మివలనను, రాత్రి చంద్ర కిరణముల వలనను, పరిశుభ్రతనొందును. అందుచే నా జల మును హంసోదకమందురు. హంసోదకమనగా! హంసలు పానము జేయదగిన నిర్మలమైన జలము. హంస యన సూర్యునకు, చంద్రునకు వర్ధము కలదుగావ సూర్యచంద్రులచే పంశుభ్రమైన జలముగావున హంసోదకము, నదీజల స్నానము గూర్చి మేఘసందేశ కావ్యమునందు

"భర్తుః కంఠచ్ఛవిరితిగణైః సాదరం వీక్ష్యమాణః
పుణ్యం యాయాస్త్రిభువన గురోర్ధామ చండీశ్వరస్య
ధూతోద్యానం కువలయరజోగంధిభిర్గంధవత్యా
స్తోయక్రీడా నిరత యువతి స్నానతిక్తైర్మరుద్భిః"

కలువపూవులధికముగా గలిగిన గంధవతియను నది యందు వనితలు స్నానము జేయుదురని కడురమ్యమైన వర్ణన యీ శ్లోకమునందు గలదు.

మఱియు నాంధ్రమహాభారతము నందు, స్నానముచే పాపము తొలగునని యీ విధముగానున్నది.

సితపీతంబులు ధార్యము
లతులమతీ కుసుమకోటియందు కృతస్నా
నతచే పాపము శుచితా
చ్యుతుడగు సుస్నాతుడేని నొడలు దొషసినన్

శ్రీరామలక్ష్మణులు ఉషఃకాలముననే స్నానజపము లొనరించినట్లు, రామాయణ మహాకావ్యమున నీరీతిగా కలదు.

"తస్యర్షేః పరమోదారం వచశ్శ్రుత్వా నృపాత్మజౌ
స్నాత్వా కృతోదకౌ వీరౌ జేపతుః పరమం జపమ్"



# 4. సావిత్రి జపియించి

సావిత్రి జపియించి యనగా! గాయత్రీ మంత్రమును జపియించి అని యర్థము.

"ధారయేత్ సతతం రత్న సిద్ధమంత్ర మహౌషధీః"

(అష్టాంగ హృదయము)

మానవుడు నిత్యము మంత్రమును మననము జేయగని యున్నదని భావము. ఆయుర్వేదపూర్వ సంప్రదాయము. మఱియు నాధ్యాత్మికతత్త్వ సంయుతము. కనుక నాయుర్వేద శాస్త్రమున మంత్రమున కతిప్రాధాన్యత కలదు.

శిశువు జన్మించిన తదుపరి శిశువుయొక్క దక్షిణ కర్ణమందు యీ మంత్రమునుచ్ఛరించ వలయునని, అష్టాంగ హృదయమునందు గలదు.

"అంగాదంగాత్సంభవసి హృదయాదభి జాయసే
ఆత్మావై పుత్రనామాసి సజీవ శరదాం శతం"
శతాయుశ్శత వర్షోసి దీర్ఘమాయురవాప్నుహి
నక్షత్రాణి దిశోరాత్రి రహశ్చ త్వాభిరక్షతు"

గాయత్రీ మంత్రపఠనము వలన మనస్సునకేకాగ్రత లభించును. ఆధ్యాత్మిక చింతనలు చిత్తమునందు స్థిరముగ నిలచును. ఎందరో మహనీయులు గాయత్రీ మంత్రోచ్చారణచే నత్యద్భుత శక్తులం బొందినట్లు, గ్రహించ వలసి యున్నది. ఈ మంత్రమునకు సామ్యమగు మంత్రము మరి యొకటి లేదనుట యతిశయోక్తి కాదు. కంఠ పర్యంతము నీట

మునిగి, స్వరయుక్తముగా నీ మంత్రము బఠించిన, మహత్తర శక్తి సామర్థ్యములను, మానవుడు పొందగలడని, ప్రాజ్ఞులు పలికి యున్నారు. గాయత్రీ మంత్రము సృష్టికి మూలకారణము మఱియు జగత్కల్యాణార్థమవతరించిన పరబ్రహ్మ స్వరూపిణి.

"న గాయత్ర్యాః పరం మంత్రం" ఇతరములగు మంత్రములకంటె గాయత్రీ మంత్రమున కగ్రస్థానము గల్పింపబడినది.

గాయత్రీ మంత్రమునందలి యిరువది నాల్గు బీజాక్షరములకు నధిదేవతలు కలరు. ఈ యిరువది నాల్గు బీజాక్షరములు, మానవ శరీర నిర్మాణకారణమైన యిరువది నాల్గు తత్త్వములకు సమన్వయము చేయదగియున్నది.

"సర్వభూతానాం కారణమకారణ సత్త్వరజస్తమో
లక్షణమష్టరూపమఖిలస్య జగతస్సంభవహేతురవ్యక్తం
నామ. తదేకం బహూనాం క్షేత్రజ్ఞానామధిష్ఠానం.
సముద్ర ఇవోదకానాం భావానాం"
"తస్మాదవ్యక్తాన్మహానుత్పద్యతే తల్లింగఏవ"
"తల్లింగాచ్చ మహాతస్తల్లింగ ఏవాహంకార ఉత్పద్యతే"
సచత్రివిధో వైకారికస్తైజసో భూతాదరితి"
"తత్రవైకారికాహంకారాత్తైజస సహాయాత్తల్లక్షణా
న్యేవైకాదశేంద్రియాణ్యుత్పద్యన్తే.
తద్యథా-శ్రోత్ర త్వక్చక్షుర్జిహ్వాఘ్రాణ వాగ్ఘస్తోపస్థ
పాయుపాదమనాంసీతి తత్రపూర్వాణి పంచ
బుద్ధీంద్రియాణి ఇతరాణి పంచ కర్మేంద్రియాణి,
ఉభయాత్మకం మనః"

"భూతాదేరపి తైజస సహాయాత్తల్లక్షణాన్యేవ
పంచ తన్మాత్రాణ్యుత్పద్యంతే.
తద్యథా-శబ్దతన్మాత్రం, స్పర్శతన్మాత్రం.
రూప తన్మాత్రం, రసతన్మాత్రం, గంధతన్మాత్రమితి"
"తేషాం విశేషాః శబ్ద స్పర్శ రూప రసగంధాః"
"తేభ్యో భూతాని వ్యోమానిలానలజలోర్వ్యః"
ఏవమేషా తత్త్వ చతుర్వింశతిర్వ్యాఖ్యాతా

(సుశ్రుత సంహిత)

అవ్యక్తము, మహత్తు, అహంకారము, శ్రోత్రత్వక్ చక్షుః జిహ్వా ఘ్రాణ వాక్ హస్త ఉపస్థపాయు పాదములు, మనస్సు, శబ్ద స్పర్శరూప రస గంధ తన్మాత్రలు, ఆకాశము, వాయువు, అగ్ని, జలము, భూమి; ఈ యిరువది నాల్గు చతుర్వింశతి తత్త్వములన బడుచున్నవి.

అవ్యక్తము (మూలప్రకృతి) — 1
మహత్తత్త్వము — 1
అహంకారము — 1
(సాత్త్వికము, రాజసము,తామసము)
దశేంద్రియములు — 10
(చెవులు, చర్మము, కన్నులు, నాలుక,
ముక్కు యీ అయిదు జ్ఞానేంద్రియములు.
వాక్కు, చేతులు, ఉపస్థ, పాయువు,
పాదములు యీ అయిదు కర్మేంద్రియములు)
మనస్సు — 1
పంచతన్మాత్రలు — 5
పంచమహాభూతములు — 5

24

ఇరువదియైదవతత్త్వము పురుషుడు (ఆత్మ).

చతుర్వింశతి బీజాక్షరయుక్త గాయత్రీమంత్ర పఠన సంభవ ప్రకంపనముల వలన (VIBRATIONS), మానవునకు ఆధ్యాత్మిక పరమగు శక్తి, సంశయరహితముగా సంభవించును.

అవిద్యాధ్వంసినీ,అరిషడ్వర్గభేదినీ,సర్వమంగళకారిణీ, శ్రవణానంద దాయినీ యగు గాయత్రీమాత "సావిత్రీ" అని కీర్తింపబడుచున్నది. "సవితృద్యోతనాచ్చైవ సావిత్రీ పరికీర్తితా" తేజస్స్వరూపిణి గాన సావిత్రి గాయత్రీ సహస్రనామ స్తోత్రములో "సామగానప్రియా సూక్ష్మా సావిత్రీ నామ సంభవా" అని వర్ణింపబడినది. గాయత్రీ మంత్రము దశ శబ్దయుతము. ఈ పదిశబ్దములకు ప్రత్యేకార్థములు కలవు. మరియు నీమంత్రము అనుష్టుప్ ఛందస్సు మూడుపాదముల శ్లోకము సర్వమానవాళికి సద్బుద్ధినొసంగుమని, పరమాత్మను ప్రార్థించుటయే గాయత్రి మంత్రము యొక్క అంతరార్థము. ఈ కారణము వలననే గాయత్రీ మంత్రము లోక కళ్యాణదాయకము.

శ్రీమద్రామాయణాంతర్గత గాయత్రీ మంత్రము విజ్ఞులకు విదితము. మంత్రసంయుక్తము గావున రామాయణ మహాకావ్యము పండితులకు పారాయణ గ్రంథమై యలరారు చున్నది.

"చరితం రఘునాథస్య శతకోటిప్రవిస్తరం
ఏకైక మక్షరం ప్రోక్తం మహాపాతక నాశనం"

అని నుడువ బడినది. మంత్రము యొక్క మహాత్మ్యశక్తి మరియు సత్ఫలితము, మననము జేయు వారల మన స్థితిననుసరించి యుండును.

జనకుడు మంత్రోదక పురస్కృతముగా, సీతను రామున కొసగినట్లు రామాయణమున గలదు.

"ఇత్యుక్త్వాప్రాక్షిపద్రాజా మంత్రపూతం జలం తదా"
"ఏకం దత్వా తదా సీతాం మంత్రోదక పురస్కృతామ్"

రఘుమహారాజు కొఱకు, వసిష్ఠుడు మంత్రశక్తిచే నిర్మించిన రథము సముద్రమునందును, ఆకాశమునందును, పర్వతములయందును, సంచరించగలదని, రఘువంశము అను కావ్యమున గలదు.

"వసిష్ఠ మంత్రోక్షణజప్రభావా
దుదన్వదాకాశ మహీధరేషు
మరుత్సఖస్యేవ వలాహకస్య
గతిర్విజఘ్నే నహితద్రథస్య"

"మననాత్ త్రాయతే ఇతిమంత్రః"మననము జేసిన వారలను సంరక్షించును గాన మంత్రము, దీక్షతో, నియమనిష్ఠలతో,మంత్రానుష్ఠానమొనరించిన,సత్ఫలితము సంశయరహితముగా సమకూరును

♦ గాయత్రీమంత్రధ్యానము ♦

"యో దేవస్సవితాస్మాకం ధియో ధర్మాది గోచరాః
ప్రేరయేత్ తస్య యత్ భర్గః తద్వరేణ్యముపాస్మహే"

-♦ గాయత్రీ మంత్రము నందలి దశశబ్దములకు నర్థము ♦-

"తది"త్యనఘనందాయ ఫలం యజ్ఞతపఃక్రియా
దానక్రియాశ్చ వివిధాః క్రియంతే మోక్షకాంక్షిభిః

సవితాసర్వభూతానాం సర్వభావశ్చ సూయతే
సృజనాత్ప్రేరణాచ్చైవ "సవితా"తేనచోచ్యతే

"వరేణ్యం" సర్వతేజోభ్యః శ్రేష్ఠంచ పరమం పదం
స్వర్గాప వర్గకామైర్వా "వరణీయం" సదైవహి

భ్రాజతేచ యదా "భర్గః" పూర్ణరూపాచ్చ పూరుషః
సర్వాత్మా సర్వభావస్తు ఆత్మాతేననిగద్యతే

దీప్యతే క్రీడతే యస్మాద్రోచతే ద్యోతతే దివి
తస్మాద్ "దేవ" ఇతిప్రోక్తః స్తూయతే సర్వదైవతైః

"ధీమహి" ఉపాస్మహే

"ధియో" ధారణ వత్యో బుద్ధయః

"యః" సవితాదేవ

"నః" అస్మాకం

"ప్రచోదయాత్" ప్రేరయేత్

ఛందస్సులలో గాయత్రీ ఛందస్సు నేనేఅని కృష్ణపరమాత్మ అర్జునునిగూర్చిపలికినట్లు,భగవద్గీతయందు'గాయత్రీ ఛందసామహం' అనికలదు. "గాయంతం త్రాయతే యస్మాత్ గాయత్రీత్యభిధీయతే" నియమ నిష్ఠలతో నీ మంత్రమును గానము జేయు ఉపాసకులను గాయత్రీమాత కాపాడునుగాన గాయత్రీ అని పేర్కొనబడుచున్నది.

వేదవాఙ్మయమునందధికము గానీగాయత్రి ఛందస్సు ప్రయుక్తమై యున్నదను విషయము వేదవిదులకు సువిదితము.

# 5. కర్మసాక్షి కెఱగి

కర్మణఃసాక్షి కర్మసాక్షీ, కర్మలకు సాక్షియగు వాడు కనుక కర్మసాక్షి అనగా సూర్యుడు. కర్మసాక్షికెఱగి అనగా సూర్యునకు నమస్కరించి అని అర్థము. 'న వాయ్వగ్ని సలిల సోమార్క ద్విజ గురు ప్రతి ముఖం నిష్ఠీవికా వాతవర్చోమూత్రాణ్యుత్సృజేత్" (చరకసంహిత)

సూర్యుని గూర్చి పవిత్రభావముతో ప్రవర్తించ వలయునని యిందలి భావము.

సూర్యునాధ్యాత్మిక చింతనతో నారాధించిన మనుజుడు పవిత్రుడగును. ఆదిత్యహృదయాది స్తవములలో మహర్షులు, సూర్యుని భగవానునిగాను, త్రిమూర్త్యాత్మక స్వరూపుని గాను వర్ణించియున్నారు.

"సర్వమంగళమాంగళ్యం సర్వపాపప్రణాశనం
చింతాశోకప్రశమనం ఆయుర్వర్ధనముత్తమం"

సూర్యారాధన మంగళకరమనియు, సర్వపాపహరమనియు, చింతా శోక శమనమనియు, ఆయుర్వర్ధనమనియు, ఉత్తమ మనియు జెప్పబడినది.

ప్రతిమనుజుడు ప్రత్యహముజేయదగిన పంచాయతనపూజలో ప్రధమమున సూర్యుని నామము కలదు. పంచాయతనమనగా!

''ఆదిత్యమంబికాం విష్ణుం గణనాథం మహేశ్వరం"

"అదిత్యం గణనాథంచ దేవీంరుద్రంచకేశవం
పంచదైవతమిత్యుక్తం సర్వకర్మసుపూజయేత్"

సూర్యుడు, అంబిక, విష్ణువు, గణపతి, శివుడు ఈ పంచాయతన దేవతారాధనముచే మానవునకు ఆరోగ్యము, జయము, మోక్షము, కార్యసాఫల్యము, జ్ఞానము లభించును.

"స్నానం సంధ్యా జపో హోమః దేవతానాంచ పూజనం
ఆతిథ్యం వైశ్వదేవంచ షట్కర్మాణి దినే దినే"

స్నానము, సంధ్యావందనము. గాయత్రీజపము, హోమము, దేవతారాధనము, ( పంచాయతనదేవతారాధనము ). అతిథిపూజ, వైశ్వదేవము గృహస్థుడు ప్రత్యహమొనరించు షట్కర్మలు, వైశ్వదేవమనగా విశ్వదేవతలంగూర్చి జేసెడు హోమాదులు.

సూర్యునిచే నంధకారము తొలగి జగత్తు తేజోమయమగు చున్నది. సూర్యగమనమననుసరించి, ఉత్తరాయణము దక్షిణాయనం మరియు మేషాదిమాస నిర్ణయమేర్పడి. కాలవిభజనము సంభవించు చున్నది. మేషాదిమాసములనిన. మేషరాశి యందు సూర్యుడు సంచరించు కాలమును మేషమాసమనియు, వృషభరాశి యందు సూర్యుడు సంచరించు కాలమును వృషభమాసమనియు నీరీతిగనే శేషరాశుల యందు సూర్యుడుండుటచే నాయా రాశుల యొక్క నామములతో నామాసము లేర్పడు చున్నవి. రాశులనిన మేషము, వృషభము, మిథునము, కర్కాటకము, సింహము, కన్య, తుల, వృశ్చికము, ధనుస్సు, మకరము, కుంభము, మీనము అని పంద్రెండురాశులు.

ఈ మాసములు రెండు కలసినచో నొక ఋతువు.

మేషమాసము, వృషభమాసము — గ్రీష్మఋతువు.
మిథునమాసము, కర్కాటమాసము — ప్రావృడృతువు.
సింహమాసము, కన్యామాసము — వర్షఋతువు.
తులామాసము, వృశ్చికమాసము — శరదృతువు.
ధనుర్మాసము, మకరమాసము — హేమంత ఋతువు.
కుంభమాసము, మీనమాసము — వసంతఋతువు.

"గ్రీష్మే మేషవృషౌ ప్రోక్తౌ ప్రావృణ్మిథున కర్కయోః
సింహకన్యే స్మృతౌ వర్షస్తులావృశ్చికయోశ్శరత్
ధనుఃగ్రాహౌచ హేమంతో వసంతఃకుంభ మీనయోః"
(శార్ఙ్గధరసంహిత)

మూడుఋతువులు కూడిన కాలము ఒకఅయనము.(A Half year (
రెండు అయనములు ఒక సంవత్సరము. (A Year)
సూర్యుని ఉత్తరగమనము ఉత్తరాయణము.
సూర్యుని దక్షిణ గమనము దక్షిణాయనము.

ఈవిధముగనే చంద్రగమనమునను సరించి, చైత్రాదిమాసము లేర్పడు చున్నవి.

ఆయుర్వేదశాస్త్రమున ఉత్తరాయణమును ఆదానకాలమనియు దక్షిణాయనమును విసర్గకాలమనియు,జెప్పబడినది. ఆదానకాలమున సూర్యుని యొక్క అధికతీక్ష్ణత వలన, ప్రకృతి యందలి మఱియు మానవ శరీరముల యందలి సహజమగు శక్తి యించుకక్షీణించును విసర్గకాలమున సూర్యుని యొక్క తీక్ష్ణత లోపించి, చంద్ర కిరణ సంజనిత శీతలత్వప్రభావము వలన, ప్రకృతికి మరియు మానవ శరీరములకును శక్తి చేకూరుచున్నది.

మేఘావరణముచే సూర్యాదర్శనము గానిచో నా దినమును దుర్దినమందురు ప్రతిదినము సూర్యనమస్కారమొనరించిన పిదప నాహారమును భుజించు నియమముగల వారలు మేఘాచ్ఛాదనముచే సూర్యాదర్శనము గానిచో నాదినమున నుపవాసముండుట విదితమే

"జ్యోతీంష్యనిష్టమమేధ్యమశస్తంచనాభివీక్షేత"
(చరకసంహిత)

సూర్యుని ప్రత్యక్షముగా జూడపగదనియు, మరియు జ్యోతింషి అను బహు వచనప్రయోగము వలననేసమయమునందు జూడ జనదని భావము.

సూర్యుని ప్రత్యక్షముగా జూచినచో నేత్రములకు హాని సంభవించుసుకనుక సూర్యుని చూడజనదను విషయమును ప్రాచీన కాలముననే మహర్షులు శాస్త్రములందు బొందు పరచి యున్నారు' సూర్యుని ప్రత్యక్షముగా గాంచినచో నేత్రములకు హానిసంభవించు నను విషయమాధునిక పరిశోధనమని భావించుట అర్థరహితమే.

శాస్త్రోక్తవిధిననుసరించి, వ్యాయామముతో గూడిన సూర్య నమస్కారములొనరించుటచే శరీరమునకు వ్యాయామము కూడ సిద్ధించుచున్నది. వ్యాయామముచే లభించు సత్ఫలితముల గూర్చి ఆయుర్వేదమున నీ విధముగా చెప్పబడినది.

"లాఘవం కర్మసామర్థ్యం స్థైర్యం దుఃఖ సహిష్ణుతా
దోషక్షయోగ్నివృద్ధిశ్చ వ్యాయామాదుపజాయతే"

(చరకసంహిత)

వ్యాయామమొనరించుటచే శరీరము లఘువుగ నుండును. కర్మసామర్థ్యము లభించును. ఇంద్రియములయొక్క సంధిబంధములు స్థిరత్వముతోనుండును. కష్టములను సంహించగల శక్తి సంభవించును. దోషములను క్షయింపజేయును. జఠరాగ్నిని వృద్ధి నొందించును.

ఇక వ్యాయామాధిక్యతచే గల్గు దుష్ఫలితముల దెలిసికొన వగి యున్నది.

"శ్రమః క్లమః క్షయఃతృష్ణా రక్తపిత్తం ప్రతామకః
అతివ్యాయామతఃకాసః జ్వరశ్ఛర్దిశ్చ జాయతే"
(చరకసంహిత)

అధిక వ్యాయామమెనరించుటచే శరీరమునకు, మనస్సునకు, యింద్రియములకు శ్రమ కల్గును. ధాతు క్షయమేర్పడును. ధాతువులనగా! రసము, రక్తము, మాంసము, మేదస్సు, ఎముకలు, మజ్జ శుక్రము "రసాసృఙ్మాంసమేదోస్థి మజ్జాశుక్రాణిధాతవః" "శరీరధారణా ద్ధాతవ ఇత్యుచ్యంతే" శరీరమును ధరించును కనుక ధాతువులన బడుచున్నవి. ఆట్టిధాతుక్షయమేర్పడినచో శరీరము రోగగ్రస్తమగును కనుక శక్తివంతమగు ఆహారముచే ధాతు పోషణనొనరించ దగి యున్నది. మరియు రక్తపిత్తము, తమకశ్వాస, కాస, జ్వరము, వాంతులు గల్గును. కావున అతివ్యాయామమొనరింపదగదు.

భౌతికశాస్త్రప్రకారముగ సూర్యునియందు పరారుణకిరణములు (Infrared Rays) మరియునతినీలలోహిత కిరణములు (Ultra-Vio-lets rays)కలవు. పరారుణకిరణములచే కీళ్లనొప్పులు నివారింపబడును. అతినీలలోహిత కిరణములచే గొన్ని విధములగు చర్మవ్యాధులు, మరియు బాలురకు సంభవించు రికెట్సు(Rickets( అనువ్యాధులు నివారింప బడుచున్నవి. ఈ అతినీలలోహిత కిరణములచే జలమునందలి సూక్ష్మజీవులు నశించును. ఈ కిరణములు నేత్రములకు హాని గలుగ జేయును. మరియు నీయతినీలలోహిత కిరణములను, భూమ్యు పరితలస్థిత ఓజోన్ (OZONE) అనుపొర అత్యంతము శోషింపజేయును. ఓజోన్ లేనిచో జీవసముదాయము శూన్యము.

సూర్యుని యందు సప్తవర్ణములు కలవు. ఈఏడు రంగులను సాంకేతికముగా VIBGYOR అని అందురు. సప్తవర్ణములు ఏవి అనగా!

1. V - Violet, ఊదారంగు
2. I - Indigo, నీలిరంగు (నీలిమందురంగు)
3. B - Blue, నీలం (ఆకాశపురంగు)
4. G - Green, ఆకు పచ్చ
5. Y - Yellow, పసుపుపచ్చ
6. O - Orange, నారింజరంగు
7. R - Red, ఎఱ్ఱనిరంగు

ఇ వి యే స ప్త వ ర్ణ ము లు.

సూర్యాష్టక శ్లోకములలో సూర్యుని గూర్చి, "సప్తాశ్వరథమారూఢం" "లోహితంరథమారూఢం" అని వర్ణింపబడి యున్నది. సూర్యుడు సప్తాశ్వయుతరథమధిరోహించిన వాడనియు మరియు ఎఱ్ఱని రంగుగల రథమునధిరోహించిన వాడనియు నర్థము. దీనిని సూర్యుని యందలి సప్త వర్ణములకును, అతినీలలోహిత కిరణముల కును సమన్వయము జేయ నొప్పును.

వర్షఋతువునందు గగన తలమున నతిరమ్యముగా విలసిల్లి, నయనానందకరముగా గనుగొనంబడు ఇంద్రధనుస్సు (Rainbow) సూర్యకిరణములచే నేర్పడినదే.

"సూర్యస్య వివిధ వర్ణాః పవనేన విఘట్టితాఃకరాః
సాభ్రాఃవియతి ధనుః సంస్థానాం
యేదృశ్యతే తదింద్ర ధనుః" (బృహద్దైవజ్ఞరంజనం)

శ్రీమద్రామాయణమున సూర్యునకతి ప్రాధాన్యత కలదు. హనుమంతుడు సముద్రమును లంఘించుటకు సంసిద్ధుడై, మున్ముందుగ సూర్యునకంజలి ఘటించినట్లు

"స సూర్యాయ మహేంద్రాయ పవనాయ స్వయంభువే
భూతేభ్యశ్చాంజలింకృత్వా చకారగమనే మతిం"

అను శ్రీమద్రామాయణము నందలి యీ శ్లోకము వలన వ్యక్తమగుచున్నది. మరియు విజయాభిలాషియై, రణరంగమునందు రామచంద్రుడు రవిస్తవమొనర్చినట్లు, రమణీయములగు ఆదిత్య హృదయ శ్లోకముల వలన సువ్యక్తము.

పాండవాగ్రజుడగు ధర్మజుడు, సూర్యానుగ్రహము చే సూర్యుని వలన అభీష్టసిద్ధిదాయినియగు అక్షయపాత్ర వడసినట్లు మహాభారతమున గలదు.

సూర్యుడు మా కొరకు సుఖప్రదాతయగు గాక! అని మిత్ర శబ్దముచే తొలుత నారోగ్యప్రదాత యగు సూర్యు నాహ్వానించినట్లు తైత్తిరీయోపనిషత్తునందలి శాంతి పాఠము. " శం నో మిత్రః " అని ప్రారంభింపబడినది. మిత్రః అనగా సూర్యుడు. సూర్యుడు మిత్రభావముతో మాకొరకు సుఖమునొసంగుగాకఅని అంతరార్థము

సూర్యుడు నేత్రములకధిష్టానదేవత అని సుశ్రుత సంహిత యందు చేర్కొనబడినది. దీనిం గూర్చి ఈ గ్రంథము నందలి "దానజపాగ్ని హోత్రపరతంత్రుడు" అనుప్రకరణమున విపులముగా వివరింపబడినది.

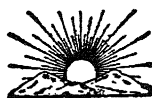
సూర్యుడు నేత్రములకధిష్ఠానదేవత కావుననే నేత్రసంరక్షణ కొరకు సూర్యపరమగు ప్రార్థన వేదనమునందీ విధముగా కలదు.

"సూర్యశ్చక్షుషామధిపతిస్సమావతు"
"సూర్యచక్షుషామాపాహిస్వాహా"

సూర్యుని బ్రహ్మస్వరూపునిగాధ్యానించ వలయు
యీమంత్రమును గమనించదగియున్నది.

"ఉద్యంతమస్తమయంతమాదిత్యమభిధ్యాయన్
కుర్వన్ బ్రాహ్మణో విద్వాన్ సకలం భద్ర
మశ్నుతే సావాదిత్యో బ్రహ్మేతి"

ఏ మనుజుడు ఉదయాస్తమయముల నొందుచున్న ఆది
బ్రహ్మస్వరూపునిగా ధ్యానించునో! ఆ మనుజుడు సకల శుభ
నొందును.



# 6. అర్ఘ్యపాద్యాది పూజనము

అర్ఘ్యపాద్యాది పూజనమనగా! పాదములు, హస్తములు కడుగు కొనుటకు నీళ్లిచ్చి, పుష్పాదులతో బూజించుట.

"దేవగో బ్రాహ్మణ గురు వృద్ధ సిద్ధాచార్యానర్చయేత్"
(చరక సంహిత)

దేవతలను, గోవులను, బ్రాహ్మణులను, గురువులను, జ్ఞాన వయో వృద్ధులను, తపస్సిద్ధులను,ఉపదేశాదులనొసంగిన యాచార్యులను భక్తితో పూజించవలయును.

"దేవతానాంపితౄణాంచ కర్తవ్యంవిధిపూర్వకం
ప్రాప్తానామతిథీనాంచ నిత్యశః ప్రతిపూజనం"
(రామాయణమహాకావ్యము)

దేవతలయొక్క, పితృదేవతలయొక్క, ఆగతులైన అతిథుల యొక్క పూజ నిత్యము విధి పూర్వకముగా నొనరింపదగియున్నది.

దీనిని శారీరిక తపస్సు అని భగవద్గీత యందు పేర్కొనబడి యున్నది.

"దేవ ద్విజ గురు ప్రాజ్ఞ పూజనం శౌచమార్జవం
బ్రహ్మచర్యమహింసాచ శారీరం తప ఉచ్యతే"

దేవతలను, బ్రాహ్మణులను, గురువులను, జ్ఞానవంతులను పూజించుట, శౌచము గల్గియుండుట,నిష్కపటముగా ప్రవర్తించుట బ్రహ్మచర్యము, అహింసనాచరించుట యనునవి శారీరిక తపస్సు అని చెప్పబడుచున్నది.

పూజింపదగిన పుణ్యపురుషులరుదెంచినచో, సభక్తి పూర్వకముగా నర్ఘ్యపాద్యాది విధులతో పూజలొనరించుట యితిహాసకాలము నుండియునున్నది.

విశ్వజిద్యాగమొనర్చి, నిర్జలశరత్కాల మేఘము భంగి, నిర్ధనుడై యున్న రఘుమహారాజు, వరతంతుమహర్షి శిష్యుడైన కౌత్సునకెదురేగి, మృణ్మయ పాత్రతో నర్ఘ్యపాద్యాది పూజలొనరించి నట్లు, రఘువంశమను కావ్యమున గలదు.

"సమృణ్మయే వీతహిరణ్మయత్వా
త్పాత్రేనిధాయార్ఘ్యమనర్ఘశీలః
శ్రుతప్రకాశం యశసాప్రకాశః
ప్రత్యుజ్జగామాతిథిమాతిథేయః

వాల్మీకి బ్రహ్మను గూర్చి, దశరథుడు విశ్వామిత్రుని గూర్చి, శాపవిమోచనానంతరము అహల్య రాముని గూర్చి అర్ఘ్యపాద్యాది విధులొనరించినట్లు రామాయణమున గలదు.

"పూజయామాసతం దేవం పాద్యార్ఘ్యాసన వందనైః
ప్రణమ్య విధివచ్చైనం పృష్ట్వా నామయమవ్యయమ్"

"తందృష్ట్వా జ్వలితం దీప్తతపసం సంశ్రితవ్రతం
ప్రహృష్టవదనో రాజాతతోర్ఘ్యముపహారయత్"

"పాద్యమర్ఘ్యంతథాతిథ్యం చకారసు సమాహితా
ప్రతిజగ్రాహకాకుత్థ్సోవిధి దృష్టేనకర్మణా"

ఇంకనూ రామాయణమున పలుసర్గల యందు అర్ఘ్యపాద్యాది విధుల గూర్చి వివరింపబడినది.

ఆంధ్రమహాభాగవతమున నరకలోక వర్ణన గూర్చి యీ విధముగా జెప్పబడినది.

"తన యింటికి వచ్చిన మను
జుని నతిథిం గ్రోధదృష్టిజూచినవానిన్
గనుగవల వజ్రదంష్ట్రల
దనరిన యాకంక గృధ్రతతి భక్షించున్"

తన యింటికి వచ్చిన మనుజుని, అతిథిని క్రోధ దృష్టి జూడ దగదని భావము.

"యే యజంతి పితౄన్దేవాన్ గురూంశ్చైవాతిథీం స్తథా
గాంశ్చైవ ద్విజముఖ్యాంశ్చ పృధివీం మాతరం తథా
కర్మణామనసావాచా విష్ణుమేవయజంతితే"
(భాగవతము)

ఏ మానవుడు త్రికరణ శుద్ధితో పితరులను, దేవతలను, గురువులను, అతిథులను, గోవులను ద్విజశ్రేష్ఠులను, భూదేవిని, జనయిత్రిని గూర్చి, పూజించుచున్నారో! ఆమానవులు శ్రీమహా విష్ణువునే పూజించుచున్నారు. అనగా శ్రీమహావిష్ణువునర్చించిన సత్ఫలితమునొందుచున్నారని భావము.



# 7. దానజపాగ్ని హోత్రిపరతంతుడు

దానమొనరించుట యందును, మంత్రావృతిజేయుటయందును హోమకార్యములనాచరించుట యందు నాసక్తి గల వానిని దాన జపాగ్ని హోత్రపరతంత్రుడందురు. ఈ విషయము చరక సంహిత యందీ రీతిగా జెప్పబడినది.

"హోతా యష్టా దాతా" (చరక సంహిత)

ఇహపర సుఖములనభిలషించు మానవుడు దానశీలుడుగా మనదగియున్నది. దానమొనరించుచున్నాడనను యాధిక్యతను మనమునందలంపక, దానముగ్రహించువానినల్పునిగా నూహింపక ప్రతిఫలాపేక్షారహితముగా నిర్వహించు దానము ప్రశస్తము. దానమును శ్రద్ధతో జేయవలయును. అశ్రద్ధతో జేయదగదు. సంపద ననుసరించి చేయవలయును. లజ్జతో జేయవలయును. భయముతో జేయవలయును. జ్ఞానముతో జేయవలయును.

"శ్రద్ధయాదేయం అశ్రద్ధయా అదేయం శ్రియాదేయం
హ్రియాదేయం భియాదేయం సంవిదాదేయం"
అని వేదోక్తి.

దానములనేకవిధములు అందు గోదానము, భూదానము, గృహదానము, హిరణ్యదానము, అన్నదానము, విద్యాదానము, వస్త్ర దానము, కన్యాదానములాదిగా గలవు. దానమొనరించు వస్తుసంతతి వలన, దానమును స్వీకరించు వారలకు గల్గు ప్రయోజనము నను సరించి, దానమొనర్చిన వారలకు గొన్ని సత్ఫలితములు లభించు నని శాస్త్రమునందు వివరింపబడినది.

గోదానమనగా! గోవును దానమొసంగుట. గోవును గోమాత యని పవిత్రభావముతో పూజించుట భారతీయ సంప్రదాయము. గోవునుండి క్షీరము లభించుచున్నది. క్షీరము యొక్క గుణము ఆయుర్వేదశాస్త్రము నందీ విధముగానుడువబడినది.

"దుగ్ధమత్యంత మధురం బలమేధాగ్ని వర్ధనం
కార్శ్యఘ్నం బృంహణం వృష్యం హస్తపాదాంగ దాహజిత్"
(ధన్వంతరినిఘంటువు)

పాలు మిక్కిలి మధురముగనుండును. బలము, మేధస్సు, అగ్నిదీప్తినొసంగును. కృశత్వమును నిర్మూలించును. శరీరమును వృద్ధినొందించును. వీర్య వృద్ధికరముగనుండును. హస్తపాదలయం దేర్పడు మంటను (ఉష్ణత్వమును) నివర్తింపజేయును.

క్షీరమునకు రసాయనవరం అను పర్యాయపదము కలదు. రసాయనవరం అనగా రసాయన పదార్థములలో ప్రశస్తమైనది అని అర్థము. రసాయనమును గూర్చి యీ గ్రంథము నందలి అలేఖ్యతనూవిలాసుడు అను ప్రకరణమున వివరింపబడి యున్నది. క్షీరము మానవాళికత్యంతావశ్యకము.

"గవాం పశ్చాత్ ద్విజస్యాంఘ్రింయోగినాం హృత్ కవేర్వచః
పరంశుచితమం విద్యాత్ ముఖంస్త్రీవహ్ని వాజినాం"

అను వచనప్రకారము మానవుడుప్రత్యహముప్రాతఃకాలమున గోవును దర్శించుట పుణ్యప్రదము. కావున గోదానమొనరించుట పరమ ప్రశస్తమైయున్నది.

భూదానమనగా! భూమిని దానము జేయుట. భూమి సమస్త భూతములకు నాధార భూతము. మానవుల యొక్క ఇహపర సాధన

మునకు శరీరమావశ్యకము గాన యట్టి శరీరమునకు యాహారము ముఖ్యమైయున్నది. జీవులకు వలయు వ్రీహియవాది రూపమగు అహారము భూమి నుండి యే సంభవమగుచున్నది. భూమి పంచ భూతములలోనొకటి. భూదానము మానవులను పావనమొనర్చును.

గృహము మానవ నివాసమున కతి ముఖ్యము. కాలాను సరణీయముగా సంభవమగు ఈతి బాధల నుండి గృహము సంర క్షించును.మానవులాచరించు ఆశ్రమములలో గృహస్థాశ్రమమునకు ప్రాముఖ్యతకలదు. కావున గృహదానమతి ప్రశస్తము.

హిరణ్యదానమన బంగారమును దానముజేయుట. సువర్ణా భరణములంధరించుటచే మనుజుల యొక్క శరీరమునకు రోగ నిరోధకశక్తియేర్పడుననియు, మానసికాహ్లాదము సమకూరుననియు వైద్యశాస్త్రమున నీరీతిగా వివరింపబడినది.

"సువర్ణం శీతలం వృష్యం బల్యం గురురసాయనమ్
కాంతికారి విషోన్మాద త్రిదోష జ్వరశోషజిత్
కషాయంతిక్త మధురం సువర్ణం గురులేఖనమ్"
(ధన్వంతరినిఘుంటువు)

సువర్ణము శీతలముగను, వీర్యవృద్ధికరముగను, బలకరము గను,గురుత్వముగను,రసాయనకరముగనుండును. కాంతినొసంగును విషము, ఉన్మాదరోగము, త్రిదోషములు, జ్వరము, శోషనశించును కషాయతిక్తమధుర రస సంయుక్తము. గురుత్వము, లేఖనకారిగ నుండును.

ఆయుర్వేదవైద్యమునందత్యంత ప్రశస్తంబైన సువర్ణ భస్మము-సువర్ణమునుండి రూపొందింపబడినదే.

"న సజ్జతే హేమపానేపద్మపత్రేంబువత్ విషమ్"

హేమపానమొనర్చు మానవుని యొక్క శరీరమునకు విషము వలన హాని సంభవించనేరదు.

ప్రశస్తమగు హిరణ్యదానమొనరించుట భారతీయ సంప్రదాయము.

అన్నదానము సర్వమానవసువిదితము.

"అన్నాద్భవంతిభూతాని" అను భగవద్గీతోక్తప్రకారము,సర్వజీవసముదాయమునన్నము వలన నుద్భవించుచున్నది. అనగా మానవునిచే భుజింపబడిన అన్నము రసరక్తాదిధాతు రూప పరిణామమునొంది, శరీరమునకు శక్తినొసంగి, ప్రత్యుత్పత్తికి ముఖ్యహేతు వగుచున్నది.

విద్యాదానమనగా! విద్యను దానమొసంగుట. గురుశుశ్రూష జేసి విద్యనభ్యసించు సంప్రదాయము పురాతనకాలమందు గలదు. రఘువంశమను కావ్యమునందు, కౌత్సుడు వరతంతు మహర్షినుండి పదునాల్గు విద్యల నభ్యసించినట్లు, పేర్కొనబడినది.

ఏ విద్యనైనను గురుముఖము నుండియే గ్రహించ వలసియున్నది.కావుననే వైద్యవిద్యను గురువునుండియేఅభ్యసించవలెనని "గురోరధీతాఖిలవైద్యవిద్యా" అని నుడువబడినది.

విద్యాదానమొసంగిన మహనీయుల యొక్క విద్య వృద్ధినొందుచునే యుండుననియు, విద్యప్రచ్ఛన్న గుప్తధనమనియు కడు రమణీయముగా వర్ణించిన, భర్తృహరి సుభాషితము నందలి ఆంధ్రీకరణ పద్యములు సాహితీ పరులకు సుపరిచితములు.

"హర్తకుఁగాదు గోచరము హర్నిశమున్ సుఖపుష్టిసేయు స
త్కీర్తిఘటించు విద్యయను దివ్యధనంబఖిలార్థకోటికిం
బూర్తిగ నిచ్చినంబెరుగు బోదు యుగాంతపు వేళనైన భూ
భర్తలు తద్ధనాధికుల పట్టున గర్వముమానుటొప్పగున్"

"విద్యనిగూఢగుప్తమగు విత్తము రూపము పూరుషాళికిన్
విద్యయశస్సు భోగకరి విద్యగురుండు విదేశబంధుడున్
విద్యవిశిష్టదైవతము విద్యకు సాటి ధనంబు లేదిలన్
విద్యనృపాల పూజితము విద్యనెఱుంగని వాడు మర్త్యుడే"

వస్త్రదానమతి ప్రశస్తమను విషయము సర్వజన సువిదితము

ఇందు వివరింపబడిన దానములలో కన్యాదానమునకు విశిష్టత కలదు. కన్యాదానము వినా తదితర దానములు, దానమొనర్చిన వారలకు, దానమొనర్చిన వస్తుతతిపై అధికారముండదు. కాని కన్యాదానమొనర్చిన దాతకు యాకన్య విషయమై కొంత బాధ్యత కలదు. ఇదిశాస్త్రసమ్మతము. భారతీయ వైవాహిక విధానమతి పవిత్రము. అందలి మంత్రములు పవిత్రార్థ సంయుక్తములు. కావున కన్యాదానము కడు పుణ్యదాయకమని భావించవలసి యున్నది.

అన్ని దానములకన్న మిన్నయైనది జ్ఞానదానము అనగా జ్ఞానతత్త్వమునుపదేశమొసంగుట "నహిజ్ఞానేనసదృశం పవిత్రమిహవిద్యతే" అను భగవద్గీతోక్తి ప్రకారము జ్ఞానము పరమపవిత్రము జ్ఞానమనగామోక్షమునందలిబుద్ధి 'మోక్షే ధీః జ్ఞానమ్' (అమరకోశము) "అజ్ఞానాదేవసంసారో జ్ఞానాదేవ విముచ్యతే" అను ఉపనిషద్వాక్యానుసారము అజ్ఞానము వలన బంధము, జ్ఞానము వలన బంధవిముక్తి కల్గుచున్నది. మఱియు "జ్ఞానం నామ ఉత్పత్తి వినాశరహితం

నైరంతర్యం చైతన్యం జ్ఞానమిత్యుచ్యతే" ఉత్పత్తి వినాశరహిత మైన నిరంతర చైతన్యము జ్ఞానమనబడుచున్నది.

కావున జ్ఞాన దానమవశ్య మాచరణీయము.

"దాతవ్యమితి యద్దానం దీయతేనుపకారిణే
దేశే కాలేచ పాత్రేచతద్దానం సాత్త్వికం స్మృతమ్"
(భగవద్గీత)

దేశ కాల పాత్రలనూహించి ప్రత్యుపకారము నాకాంక్షింపక నొనరించు దానము సాత్త్వికము.

"న్యాయార్జితధనం శ్రాన్తే శ్రద్ధయావైదికేజనే
అన్యద్వాయత్రప్రదీయంతే తద్దానం ప్రోచ్యతేమయా"

వేదవేత్తయగు వానికి న్యాయార్జిత ధనమును శ్రద్ధతోనొసంగుట దానమనబడును.

"యజ్ఞ దాన తపః కర్మనత్యాజ్యం కార్యమేవతత్
యజ్ఞోదానతపశ్చైవ పావనాని మనీషిణాం" (భగవద్గీత)

యజ్ఞము, దానము, తపస్సు అను కర్మలను త్యజించదగదు యజ్ఞము, దానము, తపస్సులు మానవులను పావనమొనరించును.

సాత్త్వికమగు దానము పరమోత్కృష్టంబని ఆంధ్రమహాభారతమునందీ విధముగా నుడువబడినది.

"పరుషత్వములేకంతః
కరణంబున శుద్ధిసాల గలిగిప్రియము పొం
పిరి వోవ జేత దానము
పరమోత్కృష్టంబు పద్మపత్రనిభాక్షి"

జపమొనరించుట వలన మనోనైర్మల్యమొనగూరును. ప్రాజ్ఞులగు మనుజులు ప్రత్యహము త్రిసంధ్యలయందు జపమొనరింప వలయును. జపమనగా భగవానుని నామము గాని, గురువుచేనుప దేశింపబడిన మంత్రము గాని ఆవృతముజేయుట. "వేదోక్తేనైవ మార్గేణ మంత్రాభ్యాసోజపస్మృతః' వేదోక్తమార్గముచే మంత్రాభ్యాస మొనర్చుట జపమనిపలుకబడినది. జపతపంబులచే మహర్షులు మహత్తర మహిమలను, ఆధ్యాత్మిక శక్తిసామర్థ్యములను పొంది యున్నారు. మరియు దైవసాక్షాత్కారము నొంది, మానవాళికి మార్గ దర్శకులై యున్నారు.

ఈజపము మానసికమగు తపస్సు.తపస్సు మూడు విధములు కాయికము, వాచికము, మానసికము అని. చాంద్రాయణాద్యుప వాసములు కాయికము. వేదపఠనము వాచికము. గాయత్ర్యాది మంత్రావృతముమానసికము.ఈ తపస్సును త్రికరణశుద్ధితోనొనర్చిన, దేవేంద్రుని యొక్క ధైర్యము స్వపదాపహారశంకచే లోపించునని రఘువంశమునందీ విధముగా వివరింపబడినది.

"కాయేనవాచా మనసాపి శశ్వ
ద్యత్సంభృతం వాసవధైర్యలోపి
ఆపాద్యతే నవ్యయమంతరాయైః
కచ్చిన్మహర్షేస్త్రివిధం తపస్తత్"

అగ్నిహోత్రుని నిత్యము భక్తితోనర్చించిన గార్యసాఫల్యత చేకూరును. అగ్నిహోత్రుని దేవతాస్వరూపునిగా దలంచవలయును యజ్ఞకర్మలయందు దేవతల కొఱకు సమర్పింపబడిన హవిస్సు నగ్ని హోత్రునుండి,దేవతలు గ్రహించుచున్నారు. 'అగ్నిముఖావై దేవాః' అని. కావున సర్వాభీష్టసిద్ధికి నగ్నిహోత్రునర్చించదగి యున్నది.

"అగ్నిహోత్రంచ స్వాధ్యాయ ప్రవచనేన" (తైత్తిరీయోపనిషత్)

అగ్నిజ్వాలలు సప్తజిహ్వలుగ ముండకోపనిషత్‌నందు వర్ణింపబడినది.

"కాలీకరాలీచ మనోజవాచ
సులోహితాయాచ సుధూమ్రవర్ణా
స్ఫులింగినీ విశ్వరుచీచ దేవీ
లేలాయమానా ఇతి సప్తజిహ్వా"

అగ్నులు మూడు విధములు. దక్షిణాగ్ని, గార్హపత్య, ఆవహనీయ అని. ఇవియే త్రేతాగ్నులు.

రఘుమహారాజు స్వకీయత్రేతాగ్నిశాలయందు, రెండు లేక మూడు దినములు వసియించ వలయునని, కౌత్సునిగూర్చి పలికినట్లు రఘువంశమునగలదు.

"సత్వంప్రశస్తే మహితేమదీయే
వసన్ చతుర్థోగ్నిరివాగ్న్యగారే
ద్విత్రాణ్యహాన్యర్హసి సోఢుమర్హ
న్యావదృతే సాధయితుం త్వదర్థమ్"

పంచభూతములయందగ్నికి మిక్కిలి ప్రాముఖ్యత కలదు. పంచభూతములనగా! ఆకాశము, వాయువు, అగ్ని, జలము, భూమి "వ్యోమానిలానలజలోర్వ్యః"

ఈ దృశ్యమాన సకల ప్రపంచము పంచ భూతాత్మకము. ప్రపంచమునంగల్గు చరాచరాత్మకంబగు జీవసముదాయము పాంచభౌతికమే. అగ్నిపాంచభౌతికమగు మనుజ శరీరస్థితమై, పాచకము,

ఆలోచకము, భ్రాజకము, సాధకము అను నామములతో శరీర కార్యములను నిర్వహించు చున్నది. మానవశరీరమునందలి అగ్నిని గూర్చి మంత్రపుష్పమునందీరీతిగావివరింపబడినది.

"తస్య మధ్యే మహానగ్ని ర్విశ్వార్చి ర్విశ్వతో ముఖః
సోగ్ర భుగ్విభజన్తిష్ఠన్నాహారమజరః కవిః"

మానవహృదయ మధ్యమునందధిక తరమగు అగ్ని కలదు. ఆ యగ్ని విపులజ్వాలలతో గూడి, సర్వ వ్యాపక ముఖ యుక్తమై యుండును. ఆయగ్నియే ఆహారమును ముందుగా భుజించి, సర్వావయవములకు విభజించి, జీర్ణక్రియ నొనర్చుచు, తాను జీర్ణమునొందక యుండును.

ఈ అగ్నినిగూర్చి భగవద్గీతయందు
"అహంవైశ్వానరోభూత్వాప్రాణినాందేహమాశ్రితః
ప్రాణాపాన సమాయుక్తః పచామ్యన్నం చతుర్విధమ్"
అని కలదు. భగవంతుడే అగ్నిరూపమున (జఠరాగ్ని రూపమున) ప్రాణుల శరీరమునాశ్రయించి, ప్రాణాపాన సమాయుక్తమై, జీవులచే భుజింపబడుచతుర్విధాహారమును పచనమొనరించునని యీశ్లోకము యొక్క భావము.

"ప్రాణోపానస్సమానశ్చోదానవ్యానౌచ
వాయవః శరీరస్థా ఇమే" (అమరకోశము)

ప్రాణము, అపానము, సమానము, ఉదానము, వ్యానము ఇవి శరీరము నందుండు వాయువులు.

(FIVE VITAL AIRS)

అగ్నిరేవశరీరే పిత్తాంతర్గతః
కుపితాకుపితః శుభాశుభానికరోతి''
(చరకసంహిత)

శరీరమునందలి అగ్ని సమస్థితి నున్నచో సుఖమును, విషమ స్థితి నున్నచో కష్టమును కల్గించును. అది ఏ విధముగాననిన!

పాచకము – జఠరాశయమునందుండి, జఠరాశయమునకు సంబంధించిన కృత్యములనొనరించుచుండును. ఈ పాచకము సమస్థితి నున్నచో భుజింపబడిన ఆహారమును క్రమ పద్ధతిగా పచనమొనరించును. విషమస్థితి నున్నచో నజీర్ణము గల్గించును.

ఆలోచకము – నేత్రముల యందుండి, నేత్రసంబంధమగు కృత్యముల నొనరించుచుండును. ఈ ఆలోచకము యగ్ని సమస్థితి నున్నచో నేత్రములకు చూడగల శక్తి లభించును. విషమస్థితి నున్నచో నాశక్తి లోపించును,

భ్రాజకము - చర్మమునందుండి, చర్మసంబంధమగు కృత్యములను, నిర్వహించు చుండును. భ్రాజకము సమస్థితినున్నచో చర్మమునకు సహజమగు వర్ణమును కల్గించును.విషమస్థితి నున్నచో నావర్ణమును వికృతముగ జేయును.

సాధకము - హృదయస్థానము నందుండును. సాధకము సమస్థితి నున్నచో హర్షమును, శౌర్యమును, ప్రసన్నతను గల్గించును. విషమస్థితినున్నచో భయమును,క్రోధమును,మోహమును కల్గించును

ఆయుర్వేదము వాతపిత్తకఫములను సిద్ధాంతమునను సరించి

యున్నది. ఇచ్చట పిత్తము అను పేరుతో శరీరమునందుగల అగ్ని శరీర కార్యములను నిర్వహించు చున్నది. ఈయగ్ని శరీరమున కొనరించు కృత్యములననుసరించి, పాచకము, ఆలోచకము, భ్రాజకము, సాధకము అని విభజింపబడినది. కావుననే చరకసంహిత యందు "అగ్నిర్మేనాపగచ్ఛేచ్ఛరీరాత్" అని కలదు. అనగా! అగ్ని నాశరీరము నుండి పోకూడదని మనుజుడు కోరవలెనని భావము. సషుప్తినుండవలెనని కోరవలెను.

చంద్రుడు శీతలత్వమును, సూర్యుడు ఉష్ణత్వమును పృథివిని గూర్చి కల్పింపనీ శీతలత్వమునుష్ణత్వము నాశ్రయించి, ఏవిధమున వాయువు ప్రజానీకమును, జీవసముదాయమును పాలించునో! ఆ విధముగనే వాతపిత్తకఫములు (వాయ్వగ్నిజలములు)వివిధములగు కృత్యములతో శారీరిక ధర్మములను నిర్వహించుచుండును.

"శీతాంశుః క్లేదయత్యుర్వీం
వివస్వాన్ శోషయత్యపి
తావుభావపి సంశ్రిత్య
వాయుః పాలయతి ప్రజాః"

ఈ వాయ్వగ్నిజలములు బాహ్య ప్రపంచమునందుగాని, జీవసముదాయము యొక్క శరీరములయందుగాని ప్రకుపితములైనచో విషయ పరిణామములు సంభవించును.

"అత్యంతప్రబలంబులు
పైత్యవికారములు రేగి ప్రాణములకు శీ
ఘ్రాత్యయముంజేయు మహో
ద్ధత్యంబున నెలవు వెడల దరిమి సుచరితా"

"వినుము తెలియంగ శ్లేష్మం
బను దోషం బార బరగి యవయవములు జా
డ్య నిరూఢంబులుగా జే
యును లోపలి బయలు నెల్లనొయ్యన కప్పన్"

"వాయువంగంబులందు దుర్వ్యాప్తిగదిరి
నొవ్వదెవులును బుట్టించుగ్రొవ్వుసెఱచు
సందులెడలించు గ్రమమునవెందు బరగి
తనువుమ్రానుగజేసి జీవునివెలార్చు"
(ఆంధ్రమహాభారతము)

సుశ్రుత సంహితయందు అగ్నియొక్క ప్రాముఖ్యతం గూర్చి "తతోగ్నింత్రిఃపరిణీయాగ్ని సాక్షికం శిష్యంబ్రూయాత్"అనికలదు.

గురువు శిష్యునకు ఉపనయన సమయమందు, మంత్రోపదేశ మొనరించి, మరియు గొన్ని ధర్మసూత్రములను, నియమములను గూర్చి బోధించి, మూడుమార్లు అగ్నికి ప్రదక్షిణమాచరింప జేమ వలయునని వివరింపబడినది.

ఆయుర్వేదశాస్త్రమునననుసరించి మానవ శరీరావయవములకు అధిష్ఠాన దేవతలు కలరు. అగ్నివాక్కునకు అధిష్ఠాన దేవత. అధిష్ఠానదేవతలనగా! యింద్రియ వ్యాపారములను నిర్వహించు శక్తులు.

"అథబుద్ధేర్బ్రహ్మా అహంకారస్యేశ్వరః
మనసశ్చంద్రమాః దిశశ్శ్రోత్రస్య
త్వచోవాయుః చక్షుషో స్సూర్యః
రసనస్యాపః పృథ్వీఘ్రాణస్య

వచసోగ్నిః హస్తయోరింద్రః
పాదయోర్విష్ణుః పాయోర్మిత్రం
ప్రజాపతిరుప స్థస్యేతి" (సుప్రతసంహిత)

బుద్ధికిబ్రహ్మ, అహంకారమునకీశ్వరుడు. మనస్సునకుచంద్రుడు శ్రోత్రములకు దిక్కులు, త్వగింద్రియమునకు ( చర్మమునకు ) వాయువు, నేత్రములకు సూర్యుడు, జిహ్వకు జలము, ఘ్రాణమునకు (ముక్కునకు) భూమి, వాక్కునకు అగ్ని, హస్తములకు ఇంద్రుడు పాదములకు విష్ణువు, పాయువునకు మిత్రుడు, ఉపస్థకు ప్రజాపతి అధిష్ఠానదేవతలు.

పాదములకు విష్ణువు అధిష్ఠానదేవతయని పేర్కొనబడినది గావున, సత్పురుషుల యొక్క పాదములకు వందనమాచరించుట శ్రీమహావిష్ణువుని గూర్చి నమస్కరించుటయేయని అంతరార్థముగా గ్రహించవలసియున్నది.

వివాహప్రకరణమున సప్తపది అనుక్రియతో నగ్నిహోత్రుని సమక్షములో వధూవరులు ఏడడుగులు కలసి నడచుట, తదుపరి హోమముచేనర్చింపబడిన అగ్నిహోత్రునకు ప్రదక్షిణమొనరించుట, వేదవిహితమైన సంప్రదాయము.

శ్రీమద్రామాయణమున నగ్నిహోత్రుని ప్రాముఖ్యత దశరథుడు పుత్రకామేష్టి యాగమొనరించునపుడు, సీతారామకళ్యాణమునందును, శ్రీరామసుగ్రీవులమైత్రి సమయమందును, హనుమంతుడు లంకాదహనము జేయునపుడును, రావణ వధానంతరము శ్రీరాముడు సీతాదేవిని స్వీకరించునపుడును కనుగొనబడుచున్నది.

సృష్టిక్రమమును పంచాగ్నివిద్య అని యందురు. పంచాగ్ని విద్యయనగా! ద్యు, పర్జన్య, పృథివీ, పురుష, యోషిత్ అనునవి పంచాగ్నులు. ఈ పంచాగ్నుల యందు, క్రమముగా శ్రద్ధా, సోమ వృష్టి, అన్న, రేతోరూప పంచాహుతులను, హోమమొనర్చిన పురుషుడుగా నుద్భవించును.

ఈప్రపంచమున మానవులొనర్చు అగ్నిహోత్రాది కార్యము లందు, శ్రద్ధతోదధిక్షీరాది ద్రవ్య ద్రవ రూపోదక మపూర్వ వలన యజమానుంబొంది, ఆయజమానుననుసరించి, ద్యులోకమను అగ్నిని చేరును. ఆద్యులోకమునందు యజమానునియొక్క ఇంద్రియాధిష్ఠాతృ దేవతలు యీ శ్రద్ధయను పేరు కలిగి, ఆహుతి రూపోదకమును ద్యులోకాగ్నిలో హోమము జేయుదురు. ఈ హోమమొనర్పబడిన యుదకము సోమరూప శరీరముగా నగును. ఉదకమయమగు యీ సోమరూప శరీరము వృష్ట్యభిమాని దేవతా విశేష పర్జన్యాగ్నిలో హోమము జేయబడి వృష్టియగును. ఆరీతిగా హోమమొనర్పబడిన యుదకమే సోమరూప దేహ భావమును, వృష్టిభావమును పొంది, పృథివిఅను అగ్నిలో హోమమొనర్పబడి,వ్రీహి,యవాది (ధాన్యము మొదలగు) రూపమగు అన్నమగును. అన్నరూపమగు యుదకమే పురుషుడను అగ్నియందు హోమము జేయబడినదై (పురుషునిచే భుజింప బడినదై) రేతోభావమును (శుక్రభావమును) పొందును. ఈ విధముగా రేతోభావము నొందిన యాజలము,పంచమాహుతిలో యోషిత్ (పత్ని) అను అగ్నియందు హోమముజేయబడి అనగా! శుక్రము స్త్రీగర్భమునందు నిక్షిప్తము జేయబడి, గర్భరూపమునొంది పురుషాకృతిగా మారును. అనంతరమాయుదకములకు పురుష వచ స్త్వము సిద్దించుచున్నది. ఇదియే పంచాగ్నివిద్య.

ఈ పంచాగ్ని విద్య ఆధ్యాత్మిక విద్యావేత్తలకు సులభ గ్రాహ్యము.

మానవ సమాజోత్పత్తికి అగ్నియొక్క ప్రాముఖ్యత సుశ్రుత సంహిత యందీ విధముగా వివరింపబడియున్నది.

"తత్రస్త్రీపుంసయోస్సంయోగేతేజ
శ్శరీరాద్వాయురుదీరయతి, తతస్తేజో
నిల సన్నిపాతాచ్ఛుక్రంచ్యుతం యోనిమభి
ప్రతి పద్యతే సంసృజ్యతే చార్తవేన,
తతోగ్ని సోమ సంయోగాత్సంసృజ్య
మానో గర్భో గర్భాశయమనుప్రతిపద్యతే"

మైథునక్రియ యందుద్భవమైన తేజస్సు (అగ్ని) వాత ప్రేరిత మగుచున్నది. తదుపరి తేజోవాత సంబంధము వలన స్వస్థాన చలనమునొందినరేతోధాతువుచే,స్త్రీ గర్భాశయమున జీవుడు ప్రవేశించి గర్భరూపమున (FETUS) నుండునని సవివరముగా నీ సూత్రము నందు పేర్కొనబడి యున్నది.

ఈ విధమగు గర్భోత్పత్తిక్రమమును గూర్చి వివరింపబడిన ఐతరేయోపని షత్తునందలి యీమంత్రమును గమనింపదగియున్నది

"ఓం పురుషేహ వా అయమాదితోగర్భోభవతి
యదేతద్రేతస్తదేతత్సర్వేభ్యోంగేభ్య
స్తేజస్సంభూత మాత్మన్యే వాత్మానంబిభర్తి
తద్యదా స్త్రియాంసించత్యథైనజ్జనయతి
తదస్య ప్రథమం జన్మ"

అట్టిజీవులు తామొనరించిన ధర్మాధర్మనిమిత్తమున, తిర్య గ్యోని మానుష దేవతలయందు జన్మమునొందుచుందురు. అనగా! జీవులు తామొనరించిన పాపవిశేషము వలన పశు పక్ష్యాదులయందు

పాపపుణ్య సమత్వముచే మానవులయందును, పుణ్యాధిక్యతచే దేవతల యందు జన్మించుచుందురు.

"తిర్యగ్యోని మానుష దేవేషు సంచరంతి
ధర్మాధర్మనిమిత్తం" (సుశ్రుత సంహిత)

ఈరీతిగనత్యంత ప్రాధాన్యతగల్గిన అగ్నిహోత్రమునర్పించుట మానవాళి కావశ్యకమై యున్నది.

దాన జపాగ్నిహోత్ర పరతంత్రులైన సత్కర్మనిరతులకు సంతతము సంతసమును సద్వాంఛాసిద్ధియు సమకూరును.



# 8. పరదారధనాదులు

"స్త్రీభోగస్తేయహింసాద్యా తస్యావేగాన్
విధారయేత్" "నాన్యస్త్రియమభిలషేత్" (చరక సంహిత)

పరదారాభిలాష, పరద్రవ్యాపహరణాది కార్యములు అప్రశస్తములు గావున వాని వేగములను నిరోధించవలయును. అనగా! యీ కార్యములనొనరించుట శాస్త్రనిషిద్ధము.

"పరదారాభిమర్శాత్తునాన్యత్పాపతరం మహత్"
(శ్రీరామాయణమహాకావ్యము)

పరదారాభిమర్శనముకంటె అన్యము అధికమునైన పాపము లేదు.

"పరదారగమనమెప్పుడు
పురుషునకది యెల్లపాపములకంటె నరే
శ్వరవర యాయుస్సంక్షయ
కరంబు తదర్జనంబు గడుమేలరయన్"
(ఆంధ్రమహాభారతము)

పరదారాభిలాషులైన రావణ కీచకాది మహాబలశాలురు పతనము నొందిన యుదంతము సర్వజన విదితము. ఇందులకేకైక హేతువుమనోదౌర్బల్యము. మనస్సు అనగా! ఇంద్రియములకతీతమై యింద్రియ వ్యాపారములకు గారణ మగునది. ఇంద్రియములనగా! శ్రోత్రత్వక్చక్షుర్జిహ్వాఘ్రాణవాక్హస్తోపస్థపాయుపాదములు. ఇందలి శ్రోత్రత్వక్చక్షుర్జిహ్వాఘ్రాణములు అయిదు జ్ఞానేంద్రియములు.

వాక్హస్తోపస్థపాయు పాదములు అయిదు కర్మేంద్రియములు (An organ of sense) మానసికసంకల్పముచే నింద్రియములు స్వకర్తవ్యములను, నిర్వర్తించు చుండును. మనస్సున ధర్మచింతన కలిగినచో నింద్రియములయందు న్రాపభావమేర్పడును. ధర్మవ్యతిరిక్త చింతన చిత్తమునందేర్పడినచో నింద్రియ వ్యాపారమధర్మయుతమై యుక్తాయుక్త వివేకము నశించి, పతనమునకు హేతువగును.

శ్రోత్రం చక్షుఃస్పర్శనంచ రసనంఘ్రాణమేవచ
అధిష్ఠాయమనశ్చాయం విషయానుపసేవతే''
(భగవద్గీత)

జీవుడు చెవి, కన్ను, చర్మము, నాలుక, ముక్కు, అను యింద్రియములను, మనస్సును అధిష్ఠించి, విషయ సుఖములననుభవించును.

విషయ సుఖములు గుణయుతమై యుండును. గుణములు మూడు. సత్త్వగుణము, రజోగుణము, తమోగుణము అని.

"సత్త్వంసుఖే సంజయతి రజఃకర్మణి భారత
జ్ఞానమావృత్యతు తమఃప్రమాదే సంజయత్యుత"
(భగవద్గీత)

సత్త్వగుణము సుఖమందును,రజోగుణము కర్మలనాచరించుటయందును కోరిక గల్గించును. తమోగుణము జ్ఞానమునవ్యక్తమొనరించి, ప్రమాదము గల్గించును.

"సత్యశౌచదయాదులు సాత్త్వికములు
రమణిలోభసంగాదులు రాజసంబు

లనృతహింసాపరత్వభయాలసత్వ
ధైర్యహాని నిద్రాదులు తామసములు"
(ఆంధ్రమహాభారతము)

సత్త్వరజస్తమోగుణముల యొక్క లక్షణములు, సుశ్రుత సంహితయను వైద్యగ్రంధమందు విపులముగా వివరింపబడినది.

—* సత్త్వగుణ లక్షణము *—

"ఆనృశంస్యం సంవిభాగరుచితాతితిక్షాసత్యం ధర్మఆస్తిక్యం జ్ఞానం బుద్ధిర్మేదాస్మృతిర్ధృతిరనభిషంగశ్చ"
(సుశ్రుతసంహిత)

క్రూరకర్మల యందు ప్రవర్తింపకుండుట, జిహ్వాచాపల్యము లేకుండుట, క్షమ, సత్యము, ధర్మము, ఆస్తిక్యము, జ్ఞానము, బుద్ధి ధారణాశక్తి, స్మృతి, ధైర్యము యనునవి కలిగియుండుట, ప్రయోజనము గోరకుండుట, ఇవి సత్త్వగుణలక్షణములు.

—; రజోగుణలక్షణము :—

"దుఃఖబహుళతాటన శీలతా ధృతి రహంకార ఆనృతికత్వమ కారుణ్యం దంభోమానో హర్షః కామః క్రోధశ్చ"
(సుశ్రుత సంహిత)

దుఃఖబాహుళ్యము, నిరంతర సంచారస్వభావము, అధైర్యము అహంకారము, నిస్సంతోషము, అబద్ధము, నిర్దయ, కపటము, చిత్తౌన్నత్యము, కామము, క్రోధము, ఇవి రజోగుణ లక్షణములు.

-•- తమోగుణ లక్షణము

"విషాదిత్వం నాస్తిక్యమధర్మ శీలతా బుద్ధిర్నిరోధో జ్ఞానం దుర్మేధస్త్వ మకర్మశీలతా నిద్రాళుత్వంచేతి"
(సుశ్రుత సంహిత)

నిరంతరము దుఃఖించుట, నాస్తికత్వము, ధర్మవిరుద్ధమగు శీలము, బుద్ధిమాంద్యము, అజ్ఞానము. దుర్బుద్ధి, కర్మానుష్ఠానమునందు కోరికలేకుండుట, నిరంతరమునిద్రించుట. ఇవి తమోగుణ లక్షణములు.

"సత్త్వాత్సంజాయతే జ్ఞానం రజసోలోభ ఏవచ
ప్రమాద మోహాతమసో భవతో జ్ఞానమేవచ"
(భగవద్గీత)

సత్త్వగుణము వలన జ్ఞానము, రజోగుణము వలన లోభము, తమోగుణము వలన ప్రమాదము, మోహము, అజ్ఞానము కలుగుచున్నవి.

సత్త్వగుణసంయుతులగు మహాత్ములకు, మనోనిగ్రహము సులభసాధ్యము. రజోగుణతమోగుణాధిక్యత గల వారలకు మనోనిగ్రహము దుస్సాధ్యము. కనుక శాస్త్రజ్ఞానము, సజ్జన సాంగత్యము గల్గి, సత్త్వగుణ సంయుతులై మానవులు మనదగియున్నది.

"సత్సంగత్వే నిస్సంగత్వం నిస్సంగత్వేనిర్మోహత్వం
నిర్మోహత్వేనిశ్చలతత్వం నిశ్చలతత్వే జీవన్ముక్తిః"

అని శ్రీశంకరాచార్యుని ఉవాచ.

"ధ్యాయతో విషయాన్ పుంసః సంగస్తేషూపజాయతే
సంగాత్సంజాయతే కామః కామాత్క్రోధోభిజాయతే
క్రోధాద్భవతి సంమోహః సమ్మోహాత్స్మృతి విభ్రమః
స్మృతి భ్రంశాద్బుద్ధినాశో బుద్ధినాశాత్ప్రణశ్యతి"
(భగవద్గీత)

విషయవాంఛలం గూర్చి తలంచుట వలన నా విషయ వాంఛలయందభిలాష జనించును. ఆయభిలాష వలన కామము,కామము వలన క్రోధము, క్రోధము వలన సమ్మోహము, సమ్మోహ వలన స్మృతి విభ్రమము(తనను తాను మరుచుట),స్మృతి విభ్రమము వలన బుద్ధినాశముగల్గును. తదుపరి మానవుడు పతనము నొందును.

"త్రివిధం నరకస్యేదం ద్వారంనాశన మాత్మనః
కామఃక్రోధస్తథాలోభస్తస్మాదేవత్త్రయంత్యజేత్"
(భగవద్గీత)

కామము, క్రోధము,లోభము, యీ మూడును మూడు విధములగు నరకద్వారములు. ఆత్మ వినాశనకారణములు. కావున వీనిని త్యజించ వలయును.

కామక్రోధలోభములు సర్వానర్ధములకు మూలము. మరియు నరక ప్రాప్తికి హేతువులు. కనుక వీనిని విడువవలయునని భావము కామక్రోధలోభములు మానవులనధోగతి నొందించును గావ నరక ద్వారములని నుడువబడినవి.

"మానసఃపునరుద్దిష్టే రజశ్చ తమ ఏవచ"

"మానసో జ్ఞాన విజ్ఞానధైర్యస్మృతి సమాదిభిః"
(చరక సంహిత)

రజస్తమోగుణములు మానసిక దోషములనియు, జ్ఞానము, విజ్ఞానము, ధైర్యము, స్మృతి, సమాధులచే నాదోషములను నిర్మూల మొనర్చవలయుననియు భావము.

మానసిక దోషముల వలన, మానసిక రోగము లేర్పడునని గ్రహించవలసియున్నది. రోగములు నాల్గువిధములు. స్వాభావికము ఆగంతుకము, శారీరకము, మానసికము అని.

"స్వాభావికాగంతుక కాయికాంతరా
రోగాభవేయుః కిల కర్మదోషజాః"
(శార్ఙ్గధరసంహిత)

ఈ నాల్గువిధములైన వ్యాధులు కర్మ వలనను, దోషప్రకోపము వలనను, కర్మదోషముల వలనను సంభవించును. మానసిక రోగములు రజస్తమోగుణాధిక్యతచే గల్గు శోకమోహాదుల వలన సంభవించును. గాన శోకమోహాదులకు హేతువులైన, రజస్తమోగుణములను, ఆధ్యాత్మిక పరమగు జ్ఞానము, విజ్ఞానము ధైర్యము, స్మృతి, సమాధులచే జయింపవలయును.

జ్ఞానమనగా! మోక్షమునందలి బుద్ధి. విజ్ఞాన మనగా! శిల్ప శాస్త్రముల యందలి బుద్ధి. "మోక్షేధీర్జ్ఞానమన్యత్రవిజ్ఞానం శిల్ప శాస్త్రయోః" (అమరకోశము) విజ్ఞాన శబ్దమునకు వేదాంత పరమగు అర్థము యీ విధముగా గలదు. "ఊర్ధ్వ ధ్యానేన పశ్యంతి విజ్ఞానం మన ఉచ్యతే" జ్ఞానులు సమాధి స్థితి వలన ఆత్మను వీక్షించుట

విజ్ఞానము. మరియు శాస్త్రము వలన గ్రహించ దగిన విశేషజ్ఞానము విజ్ఞానము. అనుభవపూర్వకముగా నొందదగిన జ్ఞానము విజ్ఞానము.

"మన ఏవమనుష్యాణాంకారణంబంధమోక్షయోః"

మానవుల యొక్క బంధమోక్షములకు మనస్సే కారణము. మనోనిగ్రహము వలన నింద్రియ వ్యాపారములంజయించుట సాధ్యమనియు నదియే యదార్థవిజయమనియు ప్రహ్లాదుడు హిరణ్యకశిపుని గూర్చి పలికినట్లు భాగవతమున గలదు.

"లోకములన్నియున్ గడియలోనజయించినవాడవింద్రియా
నీకము జిత్తముంగెలువనేరవు నిన్ను నిబద్ధుజేయు నీ
భీకర శత్రులార్వురబ్రభిన్నుల జేసిన బ్రాణికోటిలో
నీకు విరోధిలేడొకడు నేర్పున జూడుము దానవేశ్వరా"

భీకరశత్రులార్వురనగా! కామక్రోధలోభమోహమద మాత్సర్యములు.

మరియు మనోదుర్నిగ్రహము హీనస్థితియని భాగవతమునందే పేర్కొనబడినది.

"హాలాపానవిజృంభమానమదగర్వారూఢ దేహోల్లస
ద్బాలాలోకనశృంఖలా నిచయ సంబద్ధాత్ముడై లేశమున్
వేలానిస్సరణంబుగానక మహావిద్వాంసుడున్ గామినీ
హేలాకృష్టకురంగశాబకమగున్ హీనస్థితిన్ వింటిరే"

జితేంద్రియుని స్థితప్రజ్ఞుడందురు. స్థిత ప్రజ్ఞుని గూర్చి భగవద్గీత యందు.

"యదాసంహరతేచాయం కూర్మోంగానీవ సర్వశః
ఇంద్రియాణీంద్రియార్థేభ్యస్తస్యప్రజ్ఞాప్రతిష్ఠితా"

తాబేలు తన అవయవములను, స్వశరీరములోనికి ముడుచుకొనునట్లు స్వకీయేంద్రియములను విషయవాంఛల నుండి మరల్చిన మనుజుడు స్థితప్రజ్ఞుడు.

"వర్ణములకెల్లనింద్రియ వ్యాప్తి నిగ్ర
హంబు వలయు నియ్యది గన్నయంత దృష్టి
బొంది యొండాసపడకున్న నొందు సాధు
జనులు వెదకు ననామయ సత్పదంబు"
(ఆంధ్రమహాభారతము)

మనస్సునింద్రియ వ్యాపారముల నుండి మరల్చి, ఆత్మయందేకాగ్రతతో జేర్చుట సమాధి స్థితియన బడును. ఆత్మయనగా!

"నిర్వికారః పరస్త్వాత్మాసర్వభూత గుణేంద్రియైః
చైతన్యేకారణం నిత్యో ద్రష్టా పశ్యతిహిక్రియాః
(చరక సంహిత)

ఆత్మనిర్వికారము. అట్టిఆత్మ (THE SOUL), మరియు మనస్సు పంచభూతసంబంధిత గుణ యుతేంద్రియ సంబంధముచే నింద్రియాది జ్ఞానమునకు కారణమగును. నిర్వికారమైన యాత్మ యింద్రియ సంబంధముచే నింద్రియ వ్యాపారములకు సాక్షియైయుండును ఆత్మనిత్యము.

"నశక్యశ్చక్షుషాద్రష్టుందేహేసూక్ష్మతమో విభుః

దృశ్యతే జ్ఞానచక్షుర్భిస్తపశ్చక్షుర్భిరేవచ"
(సుశ్రుత సంహిత)

శరీరవ్యాప్తమై, సూక్ష్మతమమై యున్న యాత్మను సామాన్య నేత్రములతో గనుంగొనుట సాధ్యము కాదు. జ్ఞానచక్షువులచేతను, తపశ్చక్షువులచేతను వీక్షించుట సుసాధ్యము.

ఆత్మను గూర్చి భగవద్గీత యందు

"నైనంఛిందంతి శస్త్రాణి నైనం దహతి పావకః
నచైనంక్లేదయంత్యాపో నశోషయతి మారుతః"

"అచ్ఛేద్యోయమదహ్యోయ మక్లేద్యో శోష్యఏవచ
నిత్యస్సర్వగతః స్థాణురచలో యం సనాతనః"

"అవ్యక్తోయమచింత్యోయమవికార్యోయముచ్యతే
తస్మాదేవం విదిత్వేనం నానుశోచితుమర్హసి"

ఈ ఆత్మనుశస్త్రములు ఛేదింపజాలవు. అగ్నిదహింపజేయ నొల్లదు. జలము తడుపంజాలదు. వాయువు శోషింపజేయనేరదు.

ఆత్మ అచ్ఛేద్యము, అదహ్యము, అక్లేదము, అశోష్యము, నిత్యము, సర్వవ్యాపకము, స్థిరము, అచలము, సనాతనము.

ఇంద్రియములకు అగోచరమైనది,మనస్సు చేనూహింపబడనిది వికారరహితమైనది.

"ఏషసర్వేషు భూతేషు గూఢో త్మాన ప్రకాశతే

దృశ్యతేత్వగ్ర్యయా బుద్ధ్యాసూక్ష్మయాసూక్ష్మ దర్శిభిః
(కఠోపనిషత్తు)

ఆత్మ సర్వభూతములయందు గూఢముగానుండుటచే గ్రాహ్యమగుటలేదు. ఏకాగ్రత సూక్ష్మతగల బుద్ధి వలన సూక్ష్మదర్శులచే జూడబడ గలదు.

ఆత్మజ్ఞానసంయుతునకు పరమాత్మతత్త్వము నెరుంగుట సులభతరము. ఆత్మజ్ఞానము గతజన్మకృతసుకృతము వలననేసంభవము కావుననే "అభ్యస్తాఃపూర్వదేహేయేతానేవభజతేగుణాన్" అనిసుశ్రుత సంహిత యందు వివరింపబడినది. అనగా! మానవుడు పూర్వజన్మ యందే గుణముల నభ్యసించి యుండునో! ప్రస్తుతజన్మయందాగుణములనే పొందియుండునని భావము.

"సర్వభూతస్థమాత్మానం సర్వభూతానిచాత్మని
ఈక్షతే యోగయుక్తాత్మా సర్వత్ర సమదర్శనం"

యోగయుక్తాత్మజ్ఞాన సంయుతులగు మహాత్ములు అఖిల భూతములయందు నాత్మను, ఆత్మయందఖిల భూతముల నవలోకించుచు, సర్వత్రసమభావమునొంది యుందురు. ఇదియే ఆత్మదృష్టి

మానవులీ స్థితినొందినచో పరదార ధనాద్యపహరణాపేక్ష యందుపేక్ష భావమును వహించును.

శ్రీమద్రామాయణమహాకావ్యము నందు భరతశపథరూపమున పెక్కుధర్మములను వివరించుచూ పరదారల యొక్కపొందు ధర్మ విరుద్ధమని "ధర్మదారాన్ పరిత్యజ్య పరదారాన్నిషేవతామ్ త్యక్తధర్మరతిర్మూఢో యస్యార్యోనుమతే గతః" అనినుడువబడినది.

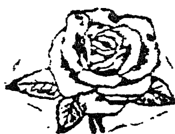
"ఈశావాశ్యమిదం సర్వంయత్కించత్ జగత్యాం జగత్
తేనత్యక్తేనభుంజీథామాగృధః కస్యచిద్ధనమ్"
(ఈశావాస్యోపనిషత్)

ఈ సర్వజగత్తు పరమాత్మచే వ్యాపింపబడి యున్నది. త్యాగ బుద్ధితో ననుభవింపుము. పరధనాకాంక్షనుత్యజియింపుము.

" న హి తృ ప్తేః ప ర ం సు ఖ ం "
(యోగశిఖోపనిషత్తు)
తృప్తి కంటె అన్యమైన సుఖములేదు.

"ధర్మాదర్థఃప్రభవతి ధర్మాత్ప్రభవతే సుఖం
ధర్మేణలభతే సర్వం ధర్మసారమిదం జగత్"
(శ్రీరామాయణమహాకావ్యము)

ధర్మము వలన అర్థము కల్గుచున్నది. ధర్మము వలనసుఖము సంభవించుచున్నది. ధర్మముచేత సర్వములభించు చున్నది. ఈ జగత్తుధర్మసారమైనది.



# 9. ఇష్టమృష్టాన్నము.

ఇష్టమును, పరిశుద్ధమునగు అన్నమును ఇష్టమృష్టాన్నమందురు

"అన్నం వృత్తికరాణాం శ్రేష్ఠం"
ఆహారద్రవ్యములలో అన్నమతి ప్రశస్తము.

"మునులును దివిజులునన్నము
వినుతింతురు లోకతంత్రవిధిక్రతువులు ద
క్కను గల సర్వము నన్నం
బున నడచుంగానయన్నము విశిష్టమిలన్"

"అజుడు కల్పాదియందన్నమమృతమనియె
నన్నహాని బలాధికునైన దుర్బ
లాత్మగాజేయు గావున నన్నభుక్తి
సకల ధాతువృద్ధికినయి జనము గోరు"
(ఆంధ్రమహాభారతము)

"ప్రాణాఃప్రాణభృతామన్నం అన్నంలోకాభిధావతి
తుష్టిఃపుష్టిబలంమేధా సర్వమన్నేప్రతిష్ఠితం
లౌకికం కర్మయద్వృత్తౌ స్వర్గతౌయచ్చవైదికం
కర్మాపవర్గేయచ్చోక్తంతచ్చాప్యన్నేప్రతిష్ఠితం"
(చరక సంహిత)

సకలప్రాణులకు నన్నము ప్రాణముగనుండును. జీవులన్నియు నన్నమునే కోరును. తుష్టి,పుష్టి,బలము, ధారణాశక్తి, లౌకికకర్మలు, స్వర్గలోకసంబధమగు వైదికకర్మలు, మోక్షసంబంధమగు కర్మలు,

అన్నమునందే ప్రతిష్ఠితమై యున్నవి. అనగా! ఇహపరసుఖసాధన మునకు అన్నము మూల కారణమని అర్థము.

మరియు తైత్తిరీయోపనిషత్తు నందు "అన్నేనవావ సర్వేప్రాణా మహీయంతే" అని కలదు. సమస్త ప్రాణులు అన్నముచేత వృద్ధిబొందు చున్నవని అర్థము.

ఆహారము హితము, అహితము అని రెండు విధములు. హితమనగా! ఇష్టమైనది. అహితమనగా! ఇష్టముకానిది.

"సమాంశ్చైవ శరీరధాతూన్ ప్రకృతౌ స్థాపయతి
విషమాంశ్చైవ సమీకరోతి ఇత్యేతద్ధితం విద్ధి
అహితం విపరీతమితి. ఏతద్ధితాహిత లక్షణం
అనవదాతం భవతి" (చరక సంహిత)

సమస్థితినున్న శరీరధాతువులను (రసరక్తాది దాతువులను), సమస్థితి యందుంచి, విషమస్థితినొందిన శరీరధాతువులను సమస్థితి నొనరించునట్టియాహార సముదాయమంతయు హితమనబడును.

సమస్థితినున్నధాతువులను విషమస్థితి నొనరించి, విషమస్థితి నున్న ధాతువులను సమస్థితి నొనరించజాలక, మరియు కొంతవిషమ స్థితిం గలుగజేయు యాహారము అహితమనబడును.

ఆహారమునను సరించి శరీరపోషణ, ఆరోగ్యము సమకూరును హితము, సాత్త్వికమునగు యాహారమును భుజించుమనుజుడు సత్త్వ గుణ సంపన్నుడగును.

ఆహారమును సాత్త్వికాహారము, రాజసాహారము, తామసికా

హారము అని భగవద్గీత యందు విభజింపబడినది. ఆధ్యాత్మిక పర
ముగా సాత్త్వికాహారమునకత్యంత ప్రాముఖ్యత కలదు. రాజసికా
హారము, తామసికాహారము కడునిషిద్ధము. నిరతము సాత్త్వికాహార
మును భుజించు మనుజుడు ప్రశాంత చిత్తుడై, ఆరోగ్యవంతుడై
పరిపూర్ణత నొందగలడు.

"ఆయుస్సత్త్వబలారోగ్యసుఖప్రీతివివర్ధనాః
రస్యాఃస్నిగ్ధాః స్థిరాహృద్యాఆహారాస్సాత్త్వికప్రియాః"
(భగవద్గీత)

రసము, స్నిగ్ధము, స్థిరము, హితమునగు యాహారములు
సాత్త్వికులకు ప్రియము. ఇవిఆయుస్సును, బుద్ధిని, బలమును, ఆరో
గ్యమును, సుఖమును, హర్షమును వృద్ధినొందించును.

"కట్వామ్లలవణాత్యుష్ణతీక్ష్ణరూక్ష విదాహినః
ఆహారారాజసస్యేష్టా దుఃఖశోకామయప్రదాః"
(భగవద్గీత)

కారము, పులుపు, లవణము,అత్యుష్ణము, తీక్ష్ణము,రూక్షము
విదాహకరమునగు యాహారము రాజసగుణమధికముగా గల మను
జులకు యిష్టము. ఈ రాజసాహారము దుఃఖము, శోకము, రోగము
లంగలుగంజేయును.

"యాతయామంగతరసం పూతిపర్యుషితంచయత్
ఉచ్ఛిష్టమపిచామేధ్యం భోజనంతామసప్రియం"
(భగవద్గీత)

అర్ధపక్వము రసరహితము, దుర్గంధయుతము, పర్యుషితము

ఉచ్ఛిష్టము, అపవిత్రమునగు యాహారము తామసికులకు ప్రియము

ప్రాజ్ఞులగు మానవులు త్యజియించదగిన యాహారము గూర్చి ఆయుర్వేదశాస్త్రమునందీ విధముగా వివరింపబడినది.

"భోజనం తృణకేశాదిజుష్టముష్ణీకృతంపునః"
(అష్టాంగహృదయము)
"తథాపర్యుషితశ్చైవఖరః పిచ్ఛిలఏవచ"
(చరక సంహిత)

తృణకేశాదులచే దూషితమైన యాహారమును, అనగా! గడ్డి, వెంట్రుకలు మొదలగునవి పడినందున మలినమైన యాహారమును, ఒకపరిపక్వమైనర్పబడి మరల నుష్ణము చేయబడిన యాహారమును, పర్యుషితము(రాత్రిగడచిన), అతి పక్వము, అపక్వమునైన యాహారమును త్యజించవలయును.

ఈ విధముగనే వేదమునందును వివరింపబడియున్నది.

"ఉచ్ఛిష్టభోజన పర్యుషిత భోజనాది
నిషిద్ధాచరణ దోష నిర్హారణార్థ............
............యథాశక్తిం ప్రాయశ్చిత్తం నిశ్చిత్య
మమ అను గృహ్ణాంతు భవంతః

ఉచ్ఛిష్టభోజనము, పర్యుషిత భోజనముతినుట మున్నగు నిషిద్ధకర్మల నాచరించుటచే గల్గిన దోషపరిహారార్థమై ప్రాయశ్చిత్తము నిశ్చయింపబడినది.

"మధుమాసంచయే నిత్యం వర్జయంతీహమానవాః
జన్మప్రభృతి మద్యంచ దుర్గాణ్యతి తరంతి తే"

మధువును, మాంసమును, మద్యమును జన్మప్రభృతి నిత్యం ఏ మానవులు వర్జించుచున్నారో! ఆమానవులు దుర్గములను, (దుర్గమమైన సంకటములను) అధిగమించు చున్నారు.

ఆంధ్రమహాభాగవతమున నరకలోక వర్ణనమున నీవిధముగా నుడువబడినది.

"ఎనయ దొడ్లలోన నిండ్ల లోనైనను
పశు పతంగ హరిణ పంక్తినెల్ల
బట్టి హింస జేయు పాపాత్ము విష వహ్ని
ధూమశిఖలప్రొబ్బ దురు నృపాల"

"గ్రామారణ్యంబులయందు జంతువుల శూలప్రోతం
బునం గావించి, హింసించుచు హర్షించుచున్న
వారలకు, శూలశూతంబను నరకంబునందు
శూలప్రోతులంజేసిన, క్షుత్పిపాసాపర
వశలగు చుండ గంక గృధ్రాదులు తీక్ష్ణ
తుండాగ్రంబులందిగిచి భక్షించుచుండు"
మరియునాంధ్రమహాభారతమున
"అన్యమాంసమున నిజాంగ మాంసంబు బో
షింతునన్నుట కంటె జెట్ట లేదు
మాంస భక్షణంబు మానుట కంటెను
మేలులేదు కర్మజాలకమున"
అ ని ప లు క బ డి న ది.

మానవాళికి శాకాహారమే సహజమైన ఆహారమనియు, పరిపూర్ణారోగ్య ప్రదాయకమనియు,హింసతోగూడిన మాంసాహారమువలన ననేక మహావ్యాధులు సంభవించుననియు ఆహార పరిశోధకులైన

ఆధునికవైద్యశాస్త్రజ్ఞులు వివరించుట విదితమే. గాన మత్స్యమాంసాద్యాహారమును, మానవులు మానుట శ్రేయోదాయకము. అతి ప్రశస్తము పవిత్రమునైన శాకాహారమును సేవించుట యుత్తమము

మానవులెల్లరు నిహపర సుఖమును కోరుదురు. అట్టి సుఖము ప్రాప్తించవలయుననిన ధర్మచింతనతో జీవించవలసి యున్నది. ప్రాణిహింసజేయకుండుటయు, హింసతో గూడిన మాంసాద్యాహారమును త్యజించుటయు పరమ ధర్మము. దీనిం గూర్చి అష్టాంగ హృదయము నందీ విధముగా కలదు.

"సుఖార్థాస్సర్వభూతానాం మతాస్సర్వాః ప్రవృత్తయః
సుఖంచనవినాధర్మాత్ తస్మాత్ ధర్మపరోభవేత్"

సుఖార్థియగు మనుజుడు పవిత్రములగు యాహారాచారచేష్టలు కల్గియుండవలయునని చరక సంహిత యందలి యీ శ్లోకమును గ్రహించ వలసి యున్నది.

"ఆహారాచారచేష్టాసు సుఖార్థీప్రేత్యచేహచ
పరం ప్రయత్న మాతిష్ఠేత్ బుద్ధిమాన్ హిత సేవనే"

యజ్ఞ కర్మలయందు నిర్జరుల కొరకు సమర్పితమగు ఘృతాది ద్రవ్యములను,అగ్నిహోత్రునుండి అమరులు గ్రహించుచున్నారను విషయము "అగ్నిముఖావై దేవాః" అను వేదోక్తివలన విదితమగుచున్నది. ఆరీతిగనే భగవానుడు జఠరాగ్ని రూపమున మనుజ శరీరములందుండి, మనుజులచే భుజింపబడు ఆహారమును పచన మొనరించుచు గ్రహించు చున్నట్లు

"అహం వైశ్వానరోభూత్వాప్రాణినాందేహమాశ్రితః
ప్రాణాపాన సమాయుక్తః పచామ్యన్నం చతుర్విధం"

"యత్కరోషియదశ్నాసి యజ్జుహోషి దదాసియత్
యత్తపస్యసి కౌంతేయ తత్కురుష్వ మదర్పణమ్"

అను భగవద్గీతోక్తి వలన వ్యక్తమగుచున్నది.

మరియు "నాహుత్వా దేవతాభ్యో భక్షయేత్" అనునట్లు ఆహారమును దేవతల కొరకు నివేదింపకయే భుజింపదగదు. అనగా! భగవదర్పితమొనరించి భుజింపవలెనని భావము. కనుక భగవదర్పితమగు నైవేద్యము పవిత్రముగా నుండ వలయును.

ఈ పద్ధతిననుసరించియే భోజనాదియందు ఘృత యుతమగు యాహారమును భుజించు సాంప్రదాయ మేర్పడినదని గ్రహించ వలయును. కనుక శాకాహారము పరమ పవిత్రము. శాకాహారమొకింత హింసాయుతమైనను అట్టిహింస మానవులు ప్రత్యహమొనర్చు నిత్య నైమిత్తికాది కామ్య సత్కర్మలచే నిర్మూల మగును. నిత్యనైమిత్తిక కామ్య కర్మలవగా! సంధ్యాగ్న్యాద్యుపాసనములు నిత్యములు. పితృ శ్రాద్ధతర్పణాదులు నైమిత్తికములు. యజ్ఞయాగాదులు కామ్యములు.

ఆయుర్వేద శాస్త్రమున ఆహారము ఐదు విధములుగా విభజింపబడినది.

"చతుర్విధోపయోగః పాన అశన భక్ష్య
లేహ్యోపయోగాత్, షడాస్వాదో రస
భేదతః షడ్విధత్వాత్, వింశతి గుణో
గురు లఘు శీత ఉష్ణ స్నిగ్ధ రూక్ష
మంద తీక్ష్ణ స్థిర సర మృదు కఠిన
విశద పిచ్ఛిల శ్లక్ష్ణ ఖర సూక్ష్మ స్థూల
సాంద్ర ద్రవానుగమాత్, అపరి సంఖ్యేయ

వికల్పో(ద్రవ్య సంయోగ కరణ బాహుళ్యాత్"
(చరక సంహిత)

1. పానీయము — ద్రవరూపముగనుండును.
2. అశనము — మృదువుగా నుండి భుజింపదగియుండును. (భోజ్యము)
3. భక్ష్యము — ఇంచుకగట్టిగ నుండి నమిలి తినదగియుండును
4. లేహ్యము — నాలుకతోచప్పరించి తినదగియుండును.

ఆహార ద్రవ్యములు రసభేదముచే నారు విధముల రుచులంగల్గియుండును.

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1. | మధురము | — | తీపి | (Sweetness) |
| 2. | ఆమ్లము | — | పులుపు | (Sourness) |
| 3. | లవణము | — | ఉప్పు | (Salt) |
| 4. | కటువు | — | కారము | (Pungency) |
| 5. | తిక్తము | — | చేదు | (Bitterness) |
| 6. | కషాయము | — | వగరు | (Astringency) |

"మధురోమ్లః పటుశ్చైవ కటు తిక్త కషాయకాః"

మరియు నిరువది గుణములంగల్గి యుండును. ఇరువది గుణముల యొక్క నామములీ విధముగా గలవు. ఈ యిరువది గుణములలో కొన్ని గుణములు కొన్ని ద్రవ్యములకుండును.

| | | |
|---|---|---|
| 1. | గురుగుణము | (Gravitation) |
| 2. | లఘుగుణము | (Levity) |
| 3. | శీతగుణము | (Cold) |
| 4. | ఉష్ణగుణము | (Hot) |

5. స్నిగ్ధగుణము (Viscocity)
6. రూక్షగుణము (Friction)
7. మందగుణము (Dullness)
8. తీక్ష్ణగుణము (Sharpness)
9. స్థిరగుణము (Fixed)
10. సరగుణము (Fluidity)
11. మృదుగుణము (Softness)
12. కఠినగుణము (Hordness)
13. విశదగుణము (Nonsticky)
14. పిచ్ఛిలగుణము (Pasty)
15. శ్లక్ష్ణగుణము (Smoothness)
16. ఖరగుణము (Roughoess)
17. సూక్ష్మగుణము (Subtle)
18. స్థూలగుణము (Gross)
19. సాంద్రగుణము (Sotidity)
20. ద్రవగుణము (Liquidity)

"అన్నాద్భవంతి భూతాని" (భగవద్గీత)

ప్రాణులన్నియు నన్నము వలన నుద్భవించు చున్నది. దీనిం గూర్చి వివరణ విపులముగా తెలియందగియున్నది. మానవశరీరము సప్తధాతువులచే ధరింపబడియున్నది. రసము, రక్తము, మాంసము, మేదస్సు, అస్థి, మజ్జ, శుక్రము అనునవి సప్తధాతువులు.

"దధాతి ధారయతి శరీర సంవర్ధకాన్ ఇతి ధాతుః"

మనుజునిచే భుజింపబడిన ఆహారము తొలుత రసముగనగును రసమునుండి రక్తము, రక్తము నుండి మాంసము, మాంసమునుండి మేదస్సు, మేదస్సు నుండి అస్థి, అస్థి నుండి మజ్జ, మజ్జ నుండి పురు

షులకు శుక్రము గను, స్త్రీలకు రజస్సుగనగును.

"రసాద్రక్తం తతోమాంసమాంసాన్మేదః ప్రజాయతే
మేదసోస్థితతోమజ్జా మజ్జ శ్శుక్రంతు జాయతే"
(శల్యతంత్రము)

"పాచితాఃపిత్త తాపేన రసాద్యాధాతవఃక్రమాత్
శుక్రత్వంయాతిమాసేన తథాస్త్రీణాం రజోభవేత్"
(శార్ఙ్గధరసంహిత)

ఇదిసప్తధాతు పరిణామక్రమము. ఈరజశ్శుక్ర సంయోగముచే ప్రాణి సంతతి సంభవమగుచున్నది,

"ఎనయగ శుక్లము శోణిత
మును బెరసి వెలంది గర్భమున నెలకొను న
ప్పని బ్రహ్మశక్తి బీజ
త్వని రూఢిం బొనరు నవివాదలు బిండంబై"
(ఆంధ్రమహాభారతము)

Dhatus are the body elements Which are seven in number,

Namely rasa, blood, muscle, fat, bone, bone-marrow, and the essence of reproduction called Sukra.

శరీరధాతువులకు విరోధమునాపాదించు యాహారద్రవ్యములు విరుద్ధాహారములు.

"దేహధాతు ప్రత్యనీక భూతాని ద్రవ్యాణి

దేహధాతుభిర్విరోధ మాపద్యంతే
పరస్పర విరుద్ధాని కానిచిత్ కానిచిత్ సంయోగాత్
సంస్కారాదపరాణి దేశకాల మాత్రాదిభిశ్చాపరాణి
తథాస్వభావాదపరాణి" (చరక సంహిత)

విరుద్ధాహారము లైదు విధములు

1. పరస్పర గుణ విరుద్ధములు
2. సంయోగ విరుద్ధములు
3. సంస్కార విరుద్ధములు
4. దేశకాలమాత్రాది విరుద్ధములు
5. స్వభావ విరుద్ధములు

విరుద్ధాహార ద్రవ్యములం గూర్చి చరక సంహిత యందతి విపులముగా వివరింపబడి యున్నది. గ్రంధ విస్తరభీతిచే సంక్షిప్త ముగనే యిందు వివరింపబడినది.

నిషిద్ధాహారములు మూడు విధములు
సమశనము, అధ్యశనము, విషమాశము అని.

"మిశ్రం ప్రథమ పథ్యంచ భుక్తం సమశనం మతం
విద్యాదధ్యశనం భూయోభుక్తస్యోపరి భోజనం
అకాలేబహుచాల్పంవాభుక్తంతు విషమాశనం
త్రీణ్యప్యేతానిమృత్యుంవాఘోరాన్ వ్యాధీన్ సృజంతివా"
(అష్టాంగ హృదయము)

సమశనము — పథ్యము, అపథ్యము (హితము, అహితము) నగు యాహారమును మిశ్రమముగా భుజించుట

అధ్యశనము — ఆహారమును భుజించిన పిదప మరల వెంటనే భుజించుట.

విషమాశనము — అకాలమునందున, అధికముగను, అల్పముగను భుజించుట.

ఈ మూడు విధములగు యాహారములు మృత్యువునుగాని, ఘోరమగు రోగములను గాని సంభవింపజేయును.

ఆహార పదార్థముల యందు దధిక్షీర ఘృతములకు అధిక ప్రాధాన్యత కలదు. దధియనగా! పెరుగు (CURD)

"ననక్తం దధి భుంజీతనచాప్యఘృత శర్కరం
నా ముద్గయూషం నక్షౌద్రం నోష్ణం నామలకైర్వినా"
(చరక సంహిత)

పెరుగును రాత్రి సమయమున భుజించుట నిషిద్ధము. ఘృతమునైనను, శర్కరనైనను, పెసర కట్టునైనను, తేనెనైనను, ఉసిరి కాయలనైనను, జేర్చకభుజించ దగదు.

"శత్రు సత్ర గణాకీర్ణ గణికాఫణికాశనమ్"
(అష్టాంగహృదయము)

"నప్రతి కూలోపహిత మన్న మా ద దీత"
(చరక సంహిత)

శత్రు గృహముల యందును, సత్రముల యందును, జన సమూహముచే నాకీర్ణమైన స్థలములయందును, వేశ్యల గృహముల యందును, అంగడియందును ఆహారమును భుజింపదగదు.

శత్రువులచేనొసంగబడు యాహారమును భుజింపదగదనియు శత్రువులకు భోజనము నొసంగదగదనియు మహాభారతము నందు నుడువ బడినది.

"ద్విషదన్నంనభోక్తవ్యం ద్విషంతం నైవభోజయేత్"

కౌరవ పాండవులకు సంధినొనర్చు నిమిత్తమై శ్రీకృష్ణుడు రాయబారిగా హస్తినాపురమున కరిగి, కౌరవగృహమున నాహారమును సేవింప నొల్లక, పరమసాత్త్వికుడును, ధర్మనిరతుడునగు విదురుని గృహమున నాతిథ్యమును స్వీకరించి నట్లు మహాభారతమున గలదు.

కలియుగమునందన్నపానముల నాశ్రయించిప్రాణముండునని బసవరాజీయమను వైద్యగ్రంథ మందీ విధముగా కలదు.

"యుగక్రమాద్ధర్మబలశ్చనాశ
స్తథాక్రమా జ్జీవ గతిశ్శరీరే
కృతేయుగే ష్యస్థిగతశ్చ జీవః
త్రేతాయుగే మజ్జగతో విధేయః
ద్వాపారకే మాంసగతశ్చ జీవః
కలౌయుగే తిష్ఠతిచాన్నపానే"

యుగక్రమానుసారమే రీతిగ ధర్మము క్షీణించునో! ఆరీతిగనే మానవ శరీరము నందలి జీవము (ప్రాణవాయువు) క్షీణించును.

జీవము కృతయుగమునందస్థిగతముగను, త్రేతాయుగమున మజ్జగతముగను, ద్వాపరయుగమున మాంసగతముగను, కలియుగము నందన్నపానాశ్రితముగ నుండును.

కనుక కలియుగమునందన్న పానములు మానవుల కత్యా వశ్యకము.

కృతయుగమునకు సత్యయుగమని పేరు. సత్యయుగమున ప్రజల యొక్క ఆయుఃప్రమాణము నాలుగు వేల సంవత్సరములు· త్రేతాయుగమున మూడువేల సంవత్సరములు ద్వాపరయుగమున రెండువేల సంవత్సరములు. ఇకనీ కలియుగమున మానవుల యొక్క ఆయుఃప్రమాణమొక నిర్ణయము లేదు. గర్భస్థశిశువులు, సద్యోజాత శవులు మరణింతురు.

"చత్వారితు సహస్రాణి వర్షాణాం కురుసత్తమ
ఆయుస్సంఖ్యాకృతయుగే సంఖ్యాతా రాజ సత్తమ
తథాత్రీణి సహస్రాణి త్రేతాయాం మనుజాధిప
ద్వేసహస్రే ద్వాపరేచ భువి తిష్ఠంతి సాంప్రతం
నప్రమాణస్థితిర్హ్యస్తితిష్యేస్మిన్ భరతర్షభ
గర్భస్థాశ్చమ్రియంతేత్ర తథాజాతా మ్రియంతిచ"
(మహాభారతము)

యుగ పరిమాణముననుసరించి, మానవుల యొక్క ఆయుః ప్రమాణమల్పమగును, ఆవిధముగనే కలియుగమున ధర్మము నశించును· మరియు మానవుల యొక్క సహజమగు దేహబలము క్షీణించును. ప్రాణము అన్నపానాశ్రిత మగును.

అన్నపానములను మానవులీ కలియుగమున త్యజియించినచో ప్రాణము శరీరమును విడచి పోవును. కనుక కలియుగమున అన్న పానముల కత్యంత ప్రాముఖ్యత కలదు.

కృతత్రేతా ద్వాపరయుగములయందు మహర్షులు దీర్ఘకాలము తపోనిష్ఠతో నన్నపానములను త్యజించినను, ఆత్మబలముతో నమిత తేజస్సుతో నలరారు చుండుట ఆకాలము నందలి ధర్మ నిరతి వలననే.

ఆంధ్రమహాభారతమునందన్నము యొక్క విశిష్టత యీ విధముగా వివరింపబడినది.

"అన్నంబుదోయంబు నఖిల జంతువులకు
ప్రాణముల్గాన యప్పదమువస్తు
వులమేలు దాతవ్యములలోన నెల్లను
నతిథులకవియిచ్చుట మరలోక
చిరమహాసౌఖ్యంబు జేయు"

"విను మొరు చూచిన మూచూ
చిన భోజ్యము నింద్యమన్య చిత్తముతోడం
గొన దగదాహారము పొ
త్తున గుడుచుట యఘము గూడు దూషించుటయున్"

"నిత్యం హితా హార విహార సేవీ
సమీక్ష్య కారీ విషయేష్వసక్తః
దాతా సమస్సత్య పరః క్షమావాన్
ఆప్తోప సేవీచ భవత్యరోగః"

సతతము హితమగు ఆహార విహారములు కల్గియుండుట, ఏ కార్యములనైనను సంపూర్ణముగానాలోచించి చేయుట, కామక్రోధ లోభ మోహ మద మాత్సర్యములయందు విముఖత్వము, దానశీలత సర్వసమానత్వచిత్తవృత్తి, సత్యనిరతి, క్షమ కల్గియుండుట, ఆప్తుల నుసేవించుట అనునీ ధర్మముల నాచరించు వారలు రోగరహితులు కాగలరు. అనగా! అట్టిధర్మపరులకు శారీరిక మానసిక సంపూర్ణా

రోగ్యము సమకూరునని భావము. అరోగతకు (Health) కేవలవ
హితమితాహారములు మరియు దోషసామ్యమేగాక, ఆధ్యాత్మిక భా
మత్యంతావశ్యకమని ఆయుర్వేదోపదేశము.



# 10. ఇంతులు కన్నులు

"సర్వస్యగాత్రస్యశిరః ప్రధానం సర్వేంద్రియాణాంనయనం ప్రధానం"

సర్వశరీరమునకు శిరస్సు ప్రధానము. సమస్తావయవములకు నయనములు ప్రధానము.

సౌందర్యవంతములును, విశాలములునగు నేత్రములను, కమల నయనములనియు, ఆకర్ణాంత విశాలనేత్రములనియు కవులు వర్ణించి యున్నారు.

"సరోరుహం తస్య దృశైవ నిర్జితం
జితాస్మితేనైవ విధోరపిశ్రియః
కుతః పరం భవ్య మహో మహీయసీ
తదాననస్యోపమితౌ దరిద్రతా"

(నైషధకావ్యము)

"అపిలోకయుగం దృశావపి
శ్రుతదృష్టా రమణీగుణా అపి
శ్రుతి గామితయా దమస్వసు
ర్వ్యతి భాతే సుతరాం ధరాపతే"

(నైషధ కావ్యము)

ప్రవాత నీలోత్పల నిర్విశిష్ట
మధీర విప్రేక్షిత మాయతాక్ష్యా
తథా గృహీతంను మృగాంగ నాభ్యా
స్తతో గృహితంను మృగాంగ నాభిః

(కుమార సంభవము)

ఈశ్లోకములందు నేత్రములం గూర్చి రమ్యమైన వర్ణనకలదు ఇందలి రెండవ శ్లోకము రమణీయ శ్లేషార్థ సంయుక్తము. విద్వజ్జన వేదితవ్యము.

ఇంతలు కన్నులు అనగా! విశాలమును, దృష్టిలోపము లేని నేత్రములని అర్థము.

ఇచ్చట నేత్రములం గూర్చి ఇంచుక తెలియందగి యున్నది. పక్ష్మ, వర్త్మ, శ్వేత, కృష్ణ, దృష్టి యనునవి నేత్రాంగములు. మరియు నేత్రమునందు నాల్గుపటలములు కలవు. అందలి బాహ్యాపటలము తేజో జల రూపమైన రక్త రస ధాతువుల నాశ్రయించి యుండును. ద్వితీయ పటలము మాంసమును, తృతీయ పటలము మేదస్సును, చతుర్థపటలము అస్థినాశ్రయించి యుండును. నేత్ర వ్యాధులనేక విధములు. ఇందు సంక్షిప్తముగనే వివరింప బడినది.

—: ప్రథమ పటల గత దోష స్వభావము :—

నేత్రము యొక్క ప్రథమ పటలము దోష గ్రస్తమైనచో నొక పరి అస్పష్ట రూపములను మరియొక పరి సుస్పష్ట రూపములను గాంచు చుండును. నేత్రము యొక్క మధ్యమ భాగమునందలి దోషములు ప్రథమ పటలమును పొంది, తదనంతర మన్య పటలమున కుంగ్రమముగా వ్యాపించును. ప్రథమ పటలమనగా! లోపలి నుండి మొదటిదని తెలియదగియున్నది.

—/ ద్వితీయ పటల గత దోష స్వభావము /—

దోషము ద్వితీయ పటల గతమైనచో దృష్టి స్థిరత్వమును కోల్పోవును. ఈగలను, దోమలను, కేశములను, లూతానిర్మితతంతు

జాలము బోలె గాంచును. గుండ్రని మండలములు లేకుండినను,కను గొనబడుచుండును.మరియు గొన్ని ప్రతిబింబములు తిర్యగ్వ్యుపర్యధః ప్రదేశములయందు సంచరించు చున్నట్లుగను, వర్షపాతము వినా వర్షపాతమగుచున్నట్లుగను, ఆకాశము నిర్మేఘమై నిర్మలముగానున్నను, మేఘములున్నట్లుగను, చీకటి లేకుండినం జీకటిగా నున్నట్లుగను, దూరమందున్న వస్తు సముదాయము సమీప స్థితమైనట్లుగను, సమీప స్థిత వస్తు సముదాయము దూరమందున్నట్లుగను దృగ్గోచరమగును. మరియునతి ప్రయత్నమొనరించినను సూదియందలి రంధ్రము కనుగొనుట దుర్లభము.

## —•— తృతీయ పటల గత దోష స్వభావము —•—

దోషము తృతీయ పటలముంబొందినచో క్రిందికి జూచినంగనబడదు. పై భాగమునకుంజూచినచో నస్పష్టముగా గాంచగల్గును. మరియు నీ దోషము పటలము యొక్క క్రింది భాగమందున్నచో సమీపమునంగల వస్తుసముదాయమును, పైభాగము నందున్నచో దూరమునంగల వస్తుసంతతిని గాంచుట కడుదుర్లభము. పటలమంతయు దోషయుక్తంబైన దృష్టియస్పష్టముగానుండును. దోషము పార్శ్వగతంబైన బార్శ్వమునంగల వస్తువులు కనబడవు. దోషము దృష్టిమధ్యము నందున్నచో నతి క్లిష్టతరముగ రూపములం గాంచగల్గును. దృష్టియందంతటను దోషమువ్యాప్తమైనచో నొకవస్తువును రెండు వస్తువులంబోలె, రెండు వస్తువులను మూడు వస్తువుల చందమునగనుగొనును. దోషమొకస్థానమున స్థిరముగనుండక చలనమగుచున్నచో నొక వస్తువు పెక్కు వస్తువుల భంగి దృగ్గోచరమగును.

## )-( చతుర్ధ పటల గత దోష స్వభావము )-(

దోషము చతుర్ధ పటలమును హొందిన తిమిరమను వ్యాధి

(CATARACT) సంభవించును. ఈనేత్రవ్యాధికి లింగనాశనమను నామము కలదు. ఈవ్యాధి సంభవమై దీర్ఘకాలమైనచో సూర్యచంద్రాదుల కాంతిని గనుంగొనుట దుర్లభము. అనగా అంధత్వము సంభవించును.

ప్రాజ్ఞులగు మనుజులు నేత్రవ్యాధులంగూర్చి, ఉపేక్షాభావమును వహియించుట సముచితము కానోపదు. సమర్ధుడగు నేత్ర వైద్యునిచే (Eye Specialist) సమగ్రముగా చికిత్స నొందుట సౌఖ్యదాయకము.

ఆరోగ్యసంరక్షణ, సౌందర్య పోషణ గూర్చి ఆయుర్వేదము నందతి ప్రాధాన్యత కలదు. ఉరోజ సౌందర్యము, శిరోజసౌందర్యం ముఖసౌందర్యము, నఖసౌందర్యము, త్వక్సౌందర్యము, దంత సౌందర్యము, అధర సౌందర్యము, పద సౌందర్యము ఆదిగాగల్గు శరీరావయవ సౌందర్యములనారోగ్య విధులచే సంరక్షించుకొను విధానము విపులముగానాయుర్వేదమునందు వివరింపబడి యున్నది. ఆ విధముగనే ఆయుర్వేదమునందు నయన సౌందర్యమున కతి ప్రాముఖ్యతకలదు.

సదా నయన సౌందర్యము, నయనారోగ్య సంరక్షణ నభిలషించు వారలు, బల వర్ధకాహారములను, శాకాహారములను (ఆకు కూరలు) భుజింపదగియున్నదని ఆయుర్వేదశాస్త్రమున వివరింపబడినది.

నేత్రములు తేజోవంతములుగా నుండుట కొరకు "సౌవీరాంజనము" మరియు స్రావణార్థమై "రసాంజనము" అను నేత్రౌషధములను, శాస్త్రవిధిననుసరించి నేత్రములయందు ప్రయోగించ వలయునని పేర్కొనబడినది.

"సౌవీరమంజనం నిత్యం హితమక్ష్ణోః ప్రయోజయేత్"
పంచరాత్రేష్ట రాత్రేవా స్రావణార్ధేరసాంజనం
చక్షుస్తేజోమయం తస్య విశేషాత్ శ్లేష్మతో భయం"
(చరక సంహిత)

త్రిఫలచూర్ణమును ( కరక తాడి ఉసిరికలు ) మధు ఘృత యుతముగా (తేనె నెయ్యి) సాయంకాలమునందు సేవించుచున్నచో నేత్రగత వికారములు నిర్మూలమగునని, భైషజ్య రత్నావళి అను వైద్యగ్రంధమందీ విధముగా వివరింపబడినది.

"యస్త్రైఫలం చూర్ణమ పథ్య వర్జీ
సాయం సమశ్నాతి హవిర్మధు భ్యాం
సముచ్యతే నేత్ర గతైర్వికారై
ర్భృత్యైర్యథాక్షీణధనో మనుష్యః

త్రిఫలములకు ఆయుర్వేదమునందత్యంత ప్రాధాన్యత కలదు త్రిఫలములం గూర్చి, ధన్వంతరి నిఘంటువునందు

"త్రిఫలా కుష్ఠమేహార్శః కఫపిత్తవినాశినీ
చక్షుష్యా రోపణీ హృద్యా వయసః స్థాపనీ పరా"

త్రిఫలములు కుష్ఠువు, మేహము, అర్శోరోగము, కఫము, పిత్తము వీనిని నశింపంజేయును. నేత్రహితకరము, వ్రణహరము, హృద్యము, వయస్థాపనమునొనర్చును.

శాస్త్రవిధిననుసరించి నిర్మాణ మొనర్చిన నేత్రాంజనముచే (కంటికాటుక) నయనములకారోగ్యము, సౌందర్యము లభియించును కాటుక కంటి యొక్క సౌందర్యమును సరస్వతీదేవింగూర్చి, ఆంధ్ర

మహాభాగవతమునందు, సహజకవియగు పోతనామాత్యుడీ విధముగా వర్ణించి యున్నాడు.

"కాటుక కంటినీరు చనుగట్టుపయింబడ నేలనేడ్చెదో
కైటభదైత్యమర్దనుని గాదిలి కోడల" అని

మరియు ప్రహ్లాదుని గూర్చి వర్ణించుచూ
"కన్నుదోయికినన్యకాంతలడ్డంబైన
మాతృభావన జేసి మరలువాడు"

అని నేత్రేంద్రియములయొక్క నిగ్రహశక్తిని, నిర్మలత్వమును

"ఇందిరావరుగను దృష్టి దృష్టి"
"కమలేశు జూడని కన్నులు కన్నులే
తనుకుడ్య జాలరంధ్రములుగాక"

అని కనుల యొక్క సార్థకతను, ఆధ్యాత్మిక తత్త్వమును, భక్తిభావమును

"కాటుకనెరయంగ కన్నులు నులుముచు
వెగచు కన్నీటితో వెడలు వాని"

అని బాలకృష్ణుని నయన సౌందర్యమును వివరించి ధన్యత నొందిన మహామనీషియు, తెనుగు కవితా ప్రపంచమున చిరంజీవియు నైన సత్కవి బమ్మెరపోతనామాత్యుడు.



# 11 ఔషధసిద్ధుడు

'న్ని ఓషధుల యొక్క ప్రభావముచే సిద్ధినొందిన వానినౌషధ
పరు. అట్టి సిద్ధినొందుటకు వలయు నియమము లాయుర్వేద
వరింపబడినవి.

త్రాయాత్తాని సుమన శ్శుచిః ప్రాత స్సువాసరే
'ృ సమ్ముఖో మౌనీ నమస్కృత్య శివంహృది
రణ ధరాద్రవ్యం గృహ్ణీయా దుత్తరాశ్రితం"
(శార్ఙ్గధర సంహిత)

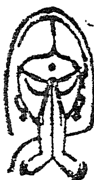
'షధ సిద్ధినభిలషించు మానవుడు శుభదినమునందు ప్రాతః
' నిర్మల మనస్సుతో శుచియై, మౌనమును వహించి, హృద
బరమేశ్వరుని గూర్చి ధ్యానించి, సూర్యునకభిముఖుడై,
ప్రదేశమునందుత్తర దిక్కునందలి యోషధులను గ్రహిం
ున్నది.

'న్ని ఓషధులను గ్రహణ సమయమునందును, ఆదివారము
(సూర్యగ్రహణము ఆదివారమైన ప్రశస్తము) గ్రహించుట
.

ుష్యానుగ చూర్ణము అను ఔషధమును నిర్మాణమొనరించు
ముక్తమగు ఓషధులను, పుష్యమీ నక్షత్రయుక్త సువాసర
హించుట సంప్రదాయబద్ధము. ఆమలకములను (ఉసిరిక
త్రమాసమునందే గ్రహించవలసియున్నది. చైత్రమాసము
;హింపబడిన ఆమలకములుగాన చైత్రామలకములు. చైత్ర
ాసములు వసంత ఋతువు. ఋతుప్రభావము ఓషధులయందే

ర్పడును. కనుక నామలకములాకాలమునకు పరిణతిజెందునని గ్రహిం చవలసియున్నది. రసాయన యోగమొనరించుటకు ఆమలకములకా యుచ్ఛేదము నందతి ప్రాముఖ్యత కలదు. శాస్త్రవిహితమైన విధుల నాచరించనిచో, సత్ఫలితము సమకూరుట సంభవము కానేరదు. ఔషధసిద్ధింబొందవలెననిన శాస్త్రవిహిత విధులనాచరించ వలసి యున్నది.

ఔషధసిద్ధింబొందిన మహనీయులు సంకల్పమాత్రమునవాకాశ గమనమొనరించుటయు అత్యద్భుత క్రియలం జేయుటయు, అదృశ్య యోగ సిద్ధింబొందుటయు నాశ్చర్యకరముగానోపదు.



# 12 పాదలేపము

పాదములకు లేపముజేయదగిన ఔషధముగాన పాదలేపము.

కొన్ని ఓషధుల సముదాయముచే గల్పింపబడి, లేపమొనరిం చుటకుపయుక్తమగు ఔషధము ఆయుర్వేదశాస్త్రమున లేపమనినుడవ బడినది. ఓషధులన్నియు నొకే విధమగు శక్తులను కలిగియుండవు. వివిధములగు ప్రభావములంగల్గి యుండును.

"దివ్యౌషధీనాం బహవ ప్రభేదాః
బృందారకాణామివ విస్ఫురంతి
జ్ఞాత్వేతి సందేహ మపాస్యధీరైః
సంభావనీయా వివిధ ప్రభావాః"
(శార్ఙ్గధర సంహిత)

దేవతలకు వివిధములగు ప్రభావము లేవిధముగా గలవో! ఆ విధముగనే దివ్యములైన ఓషధులకు వివిధములగు ప్రభావములు గలవు.

అట్టి ఓషధుల యొక్క ప్రభావమును సంశయరహితముగా గ్రహించి, విజ్ఞులచేబ్రయోగింపదగి యున్నది.

సర్వద్రవ్యముల యందు రసగుణ వీర్యవిపాక శక్తులనునవి కలవు.

"ద్రవ్యేరసోగుణోవీర్యంవిపాకశ్శక్తిరేవచ
సంబంధేనక్రమాదేతాః పంచావస్థాః ప్రకీర్తితాః
(శార్ఙ్గధర సంహిత)

ఇచ్చట శక్తియని పేర్కొనిన దానినే ప్రభావముగా భావించ వలయును. రస గుణ వీర్య విపాకముల ననుసరించిగాని, అనుస రించక గాని ప్రభావముండును. ఈ ప్రభావముచే నాకాశగమనము, అదృశ్యయోగము, అద్భుతక్రియలనొనరించుటయు సిద్ధించుచున్నది

"చేతకీచధృతాహస్తే యావత్తిష్ఠతి దేహినః
తావద్విరిచ్యతే దేహీతత్ప్రభావాన్నసంశయః
(ధన్వంతరి నిఘుంటువు)

చేతకీ అను పేరు గల కరక్కాయ ఎంతదనుక హస్తస్థితమై యుండునో! అంతదనుక విరేచనములగునని నుడువబడినది. స్పర్శ మాత్రముననే దీని యందలి ప్రభావము వ్యక్తమగుచున్నది.

"జ్వరంహతి శిరోబద్ధాసహదేవీ జటాయధా" సహదేవి యను ఓషధిని శిరమున ధరించిన జ్వరము నివారింపబడుచున్నదని,అర్క ప్రకాశ అనువైద్యగ్రంథమున వివరింపబడినది. లజ్జాలు అనుఓషధి హస్తస్పర్శమాత్రముననే ముకులిత భావమును వహించుటవిదితమే మరియు నీ యోషధియొక్క సమూలచూర్ణము కొంత కాలము దనుక సేవించిన అర్శోరోగము (Hemorrhoids) నిశ్చయముగానిర్మూల మగునని వివరింపబడినది.

సహదేవీ, అపామార్గ, అర్జున, అశ్వత్థ, కుష్ఠ ఖదిర మున్నగు ఓషధుల యొక్కప్రయోజనము వేదమునందున వివరింపబడినది.

అర్శోఘ్ని, వయస్థా, శోథఘ్నిమున్నగు నామములు ఆఓష ధుల వలన గల్గుప్రయోజనముననుసరించి ప్రవర్తిల్లినవే.

అశ్వగంధా, ఉగ్రగంధా, సర్పగంధా, భద్రపర్ణీ, పృశ్నిపర్ణీ, ముద్గపర్ణీ, సోమవల్లీ, కోలవల్లీ, నాగవల్లీమున్నగు రమణీయమగు నామములుఓషధులకు గలవు.

రావణునిచేనపహరింపబడిన జానకినిగానక, శ్రీరామచంద్రుడు సీతాన్వేషణాతత్పరతతో, వ్యాకులచిత్తుడై, విలపించుచూ. సీతను మీరలు గాంచితిరా! అని అరణ్యమున ఓషధులను గూర్చి పలికి నట్లు, యీ శ్లోకముల వలన వ్యక్తమగుచున్నది. అతిరమణీయమగు వర్ణనలతో వివిధములగు ఓషధుల పేర్లు పేర్కొనబడినవి.

"అపికాచిత్త్వయాదృష్టాసాకదంబప్రియా ప్రియా
కదంబ! యదిజానీషేశంస సీతాం శుభాననామ్
స్నిగ్ధపల్లవసంకాశాపీత కౌశేయ వాసినీ
శంసస్వయదివాదృష్టాబిల్వ! బిల్వోఃపమస్తనీ

"అథవార్జున! శంసత్వం ప్రియాం తామర్జునప్రియాం
జనకస్యసుతా భీరుర్యది జీవతివానవా"

"కకుభః కకుభోరూం తాం వ్యక్తం జానాతి మైథిలీం
యథాపల్లవ పుష్పాఢ్యో భాతిహ్యేష వనస్పతిః"

"భ్రమరైరుపగీతశ్చ యథాద్రుమవరో హ్యయం
ఏషవ్యక్తం విజానాతి తిలకస్తిలక ప్రియాం"

"అశోక! శోకాపనుద! శోకోపహతచేతసం"
త్వన్నామానం కురుక్షిప్రం ప్రియా సందర్శనేన మాం"

"యది తాల! త్వయా దృష్టా పక్వతాలఫలస్తనీ
కథయస్వ వరారోహాం కారుణ్యం యదితేమయి"

"యది దృష్టా త్వయా సీతా జంబు! జంబూఫలోపమా
ప్రియాం యది విజానీషే నిశ్శంకం కథయస్వమే"

"అహెూ! త్వం కర్ణికా! రాద్య సుపుష్పై శ్శోభనే భృశం
కర్ణికారప్రియాసాధ్వీశంస దృష్టాప్రియాయది"

"చూతనీపమహాసాలాన్పనసాన్కురవాంధవాన్
దాడిమానసనాన్గత్వా దృష్ట్వారామో మహాయశాః"

"మల్లికామాధవీశ్చైవ చంపకాన్ కేతకీస్తథా
పృచ్ఛన్రామోవనేభ్రాంత ఉన్మత్త ఇవలక్ష్యతే"

ఈరీతిగనే ఆంధ్రమహాభాగవతమునందలి పద్యములయందు ఓషధీనామములు పేర్కొనబడినవి. తిరోహితుడై చనిన కృష్ణుని గానక గోపికలు వనమునందలి ఓషధులనుగూర్చి పలికినట్లుకలదు.

"పున్నాగ! కానవే పున్నాగవందితు
తిలకంబ! కానవే తిలకనిటలు

"ఘనసార! కానవే ఘనసారశోభితు
బంధూక! కానవే బంధుమిత్రు

మన్మథ! కానవే మన్మథాకారుని
వంశంబ! కానవే వంశధరుని

జందన! కానవే చందనశీతలు
గుందంబ! కానవే కుందరదను

నింద్రభూజమ! కానవే యింద్రనిభవు
గువలవృక్షమ! కానవే కువలయేశ
బ్రియక పాదప! కానవే ప్రియవిహారు
ననుచు గృష్ణుని వెదకిరయ్యబ్జముఖులు"

ఓషధులను గ్రహించుట యందు నిషేధము శాస్త్రమునందీ విధముగా విధింపబడినది.

"వల్మీక కుత్సితానూపశ్మశానోషర మార్గజాః
జంతువహ్ని విషవ్యాప్తా నౌషధ్యః కార్యసిద్ధిదా"
(శార్ఙ్గధర సంహిత)

పుట్ట, వధ్యస్థానము, జలము. శ్మశానము, ఊసరక్షేత్రము, మార్గము యీ ప్రదేశముల యందుద్భవించినవియును, క్రిములచేతను అగ్నిచేతను, విషముచేతను, వ్యాప్తమైనవియునైన ఓషధులు కార్య సిద్ధినొసంగజాలవు. గాననీవిధమగు యోషధులు పరిహారణీయములు.

శాస్త్రవిధిననుసరించక ఓషధులనే సమయమందైనను, ఏ ప్రదేశమునందైనను గ్రహించి, సత్ఫలితము సమకూరలేదనుట, సముచితము కానేరదు.

ఔషధసిద్ధింబొందిన మహనీయునిచే గల్పింపబడిన పాదలేప ప్రభావముచే నాకాశగమనమొనరించి, సమస్తదేశములను। సర్వగిరులను, పుణ్యతీర్థములను, ద్వీపములను, పుణ్యవనములను, తోయధులను, పుణ్యనదులను, అందలి మహాద్భుతంబులను అల్పకాలంన గనుంగొనుట అశ్చర్యకరము కానోపదు.

ఓషధీగుణమును గూర్చి, కాళిదాస విరచిత మేఘసందేశమహా కావ్యమునందు 'జంబూకుంజప్రతిహతరయం తోయమాదాయగచ్ఛేః అనికలదు. నేరేడు పొదలచే నడ్డగింపబడి వేగము గలిగిన జలము పానయోగ్యమైనదనియు, శ్రమహరమనియు గ్రహించవలసియున్నది

మార్గయాన సంజనితశ్రమ జంబూకుంజ ప్రతిహతరయమగు

తోయముచే నివారింపబడునని అంతరార్థముగా పేర్కొనుట, కాళి దాస మహాకవి యొక్క వైద్యపరమగు ఓషధీగుణ పరిజ్ఞానము విదిత మగుచున్నది.

ధన్వంతరి నిఘంటువు అను వైద్యగ్రంథమునందు నేరేడు యొక్క గుణములను వివరించుచూ, నేరేడు మధురరసయుతమనియు శ్రమను హరించుననియు పేర్కొనబడినది.

"రాజజంబూతు మధురా కోష్ణాచ తువరా మతా
స్వార్యామలస్తంభకరీ శ్వాస శోషశ్రమాపహా
ముఖజాడ్యాతిసారఘ్నీ కఫకాస వినాశినీ
రాజజంబూఫలంస్వాదు విష్టంభి గురురోచనం"

ఓషధులు దీపముల చందమున కాంతినొసంగునని కుమార సంభవమను కావ్యమున నీ రీతిగా వర్ణింపబడినది.

"వనే చరాణాం వనితా సఖానాం
దరీ గృహోత్సంగ నిషక్తభాసః
భవంతి యత్రౌషధయో రజన్యా
మతైల పూరాః సురతప్రదీపాః"

హిమవత్పర్వత బిలమునందలి ఓషధులు రాత్రిసమయమున ప్రియురాండ్రతో గూడిన కిరాతజనుల యొక్క సురతకర్మలయందు అతైలపూరితమైన దీపములుగా ప్రకాశించుచున్నవి.

ఓషధులు సహజప్రకాశము గల్గియుండుటచే తైలపూరితము లేని దీపములని కవి వర్ణన.

సహస్రనామార్చనాదుల యందు కేశవునకు తులసీపత్రములు శివునకు బిల్వపత్రములు సమర్పించు ప్రసిద్ధసాంప్రదాయమంతరార్థ ముగా నోషధీప్రభావ ప్రయోజనమునూహించి యేర్పడినదని విదిత మగుచున్నది. ఈ విధమగు పూజావిధానముచే మానవునకు మానసి కాహ్లాదము, శారీరికారోగ్యము సంప్రాప్తమగుచున్నది. తులసీ బిల్వ పత్రములు మానవశరీరమునకు హానినొనరించు సూక్ష్మజీవులను నిర్మూలమొనర్చును. మఱియు వాతమును హరించును. తులసీ బిల్వ గుణముల గూర్చి ధన్వంతరి నిఘంటువునందు

"తులసీలఘుతిక్తోష్ణా రూక్షాచ కఫవాతనుత్
క్రిమిదోషం హరత్యేషారుచిక్కృద్వహ్ని దీపనీ"

"బిల్వశ్శలాటు స్సంగ్రాహి దీపనో లఘు వాతజిత్
పక్వస్తుజ్వరహృత్‌జ్ఞేయః శూలకృచ్ఛ్రభహరః పరః"

అని వివరింపబడియున్నది. మరియు బిల్వపత్రములచేనిర్మాణ మొనర్చిన అర్కము శరీరదౌర్గంధ్యమును హరించునని అర్క ప్రకాశ అను వైద్య గ్రంధమున "బిల్వ పత్ర భవాశ్కశ్చ దేహ దౌర్గంధ్యనాశనః" అని పేర్కొనబడినది.

తులసిని గృహప్రాంగణమున నెలకొల్పి, ప్రత్యహము పూజ జేయు సాంప్రదాయము ఆరోగ్యవిధానము ననుసరించి, ఆధ్యాత్మిక పరముగా నేర్పడినదే. తులసి నుండి వీచు వాయువులు మనోహ్లాద కరము, ఆరోగ్యప్రదము.

తులసీ మూలమునందు సర్వతీర్థములు, మధ్యమునందుసమస్త దేవతలు, అగ్రమునందు సకల వేదములు కలిగి యున్నట్లు తులసీ ప్రార్థన యొక్క అర్థము.

"యస్మూలే సర్వ తీర్థాని యన్మధ్యే సర్వదేవతాః
యదగ్రే సర్వవేదాశ్చ తులసీంత్వాం నమామ్యహం"

పుష్పములతో భగవత్పూజనొనర్చుటచే,పుష్పములయందలి సుగంధము వలన సాంకేతికముగా నారోగ్యము సంరక్షింపబడు చున్నది.

ఓషధుల గూర్చియు మరియు పుష్పముల గూర్చియు నాంధ్ర మహాభారతము నందీ విధముగా కలదు.

"ఓషధులమృతమయ్యుత్తమ వస్తు సం
తతిలోన బుష్పవంతములు మేలు
పుష్పముల్గొని సుర పూజలొనర్చిన
మానవులకు మంచి మనసు గలుగు
నట్లు గావున సుమనోభిధానము పుష్ప
ములకయ్యెదద్రవ్య పూజలిచ్చు
నరుల కోర్కులు సుమనస్కృత దీర్చుట
నమరులు సుమనస్కులనగ జనిరి

కంపురూపు దెలుపు గలిగి యకంటక
భూరుహాదు లందు బుట్టినట్టి
పుష్పములప్రియంబు బొందికై కొంద్రు ని
ర్జరులు పూజనముల గురువరేణ్య"

ఓషధీసమిధలచే నవగ్రహాది దేవతల గూర్చి హోమమొనరిం చుటచే పలువిధములగు వ్యాధులు నివారింపబడుననియు,నిరోధింప బడుననియు తెలియందగియున్నది. అగ్నిహోత్రునందు ఘృతాది ద్రవ్యములను హోమమొనరించుట వేదసమ్మతము. ఈ విధానము ప్రయోజనరహితమని తలంచుట సముచితము కానేరదు.అగ్నిహో

త్రునందు హోమమొనర్చిన ఘృతాది ద్రవ్యముల యొక్క మరియు నోషధులయొక్క ధూమప్రభావముచే మానవులకారోగ్యము సంభవమగుట సహజ్రీయము.

నవగ్రహముల గూర్చి హోమమొనరింపదగిన సమిధల యొక్క నామములు శాస్త్రమునందీ రీతిగా కలవు.

"అర్కసమిధమాదిత్యాయ పలాశం సోమాయ
ఖదిరమంగారకాయ అపామార్గం బుధాయ
అశ్వత్థం బృహస్పతయే ఔదుంబరం శుక్రాయ
శమీంశ్చనైశ్చరాయ రాహవే దూర్వాః కేతవేకుశాః"

నవగ్రహములనగా! తొమ్మిది గ్రహములు ఈ గ్రహముల యొక్క నామములు వరుసగా సూర్యుడు, చంద్రుడు, అంగారకుడు బుధుడు, బృహస్పతి, శుక్రుడు, శని, రాహువు, కేతువు.

నవగ్రహముల కొరకు హోమము జేయదగిన ఓషధీసమిధల యొక్క పేర్లు వరుసగా జిల్లేడు, పనస, చంద్ర, ఉత్తరేణి, రావి, మేడి, జమ్మి, గరిక,దర్భలు. ఈ యోషధులు పలు విధ వ్యాధులను నశింపజేయును. ఈ విధమగు హోమ విధానము ఆధ్యాత్మికపరము మరియునరోగ్యహరము.ఏతద్విధ భారతీయసంస్కృతి యంతయు నాయుర్వేద శాస్త్రమునననుసరించి, ప్రత్యక్షముగ నాధ్యాత్మిక భావమును, పరోక్షముగ నాయుర్వేద పద్ధతులను విదిత మొనరించుచు ప్రవర్తిల్లినదనుట నిర్వివాదము.

వైవాహిక సుముహూర్త సమయంబున గుడయుక్త జీరకమును (బెల్లము, జీలకర్ర) వధూవరుల శిరములందుంధరింపజేయు సాంప్రదాయము, ఓషధీగుణ ప్రభావ ప్రయోజనమభిలషించి యేర్పడినదని విదితమగుచున్నది. జీలకర్ర వయస్థాపనము నొసంగును.

"జరానోప్రాప్యతేయస్మాన్మంగళం జభకర్మసు"

— జీ ర క గు ణ ము —

"రుచికర బలకారీ పిత్త జోన్మాదహారీ
జ్వరహరక్రిమిహారీ శ్లేష్మశూలాపహారీ
వమనరుధిరహారీ సర్వగుల్మాపహారీ
జనయతి జఠరాగ్నిం జీరకం వాతహారీ"
(ధన్వంతరి నిఘంటువు)

జీలకఱ్ఱ పలురోగములను నిర్మూలన మొనర్చుననియు, క్రిమిహారమనియు జెప్పబడినది. బెల్లము ధాతు వృద్ధికరము.

విజ్ఞులగు మనుజులు అనవరతము నోషధిని ధరించవలయునని, అష్టాంగహృదయమునందు

"ధారయేత్ సతతం రత్న సిద్ధమంత్రమహౌషధీః"

అని నుడవబడినది. ఏతద్విధానాను సరణీయముగ ప్రాజ్ఞులగు మనుజులు తులసి మాలలు, రుద్రాక్షలు, మరియు నీశ్వరి మున్నగు ఓషధులను ధరించుట విదితము.

— ఈ శ్వ రి గు ణ ము —

"ఈశ్వరీకటు తిక్తోష్ణావాతశ్లేష్మ కృమీన్ జయేత్
గుల్మోదరాశ్మరీకుష్ఠ విబంధాధ్మానకానిచ
త్రిదోషశమనీ వర్ణ్యా లూతా సర్ప విషాపహా
భూతబాధాం రాక్షసీనాం పీడాంచైవ వినాశయేత్"
(ధన్వంతరి నిఘంటువు)

ఈశ్వరి అను ఓషధి కటుతిక్త రస యుక్తము ఉష్ణకరము. వాతమును, శ్లేష్మమును, క్రిములను, గుల్మరోగమును, ఉదరరోగమును, అశ్మరిని, కుష్ఠువ్యాధిని, మలబంధమును, కడుపు ఉబ్బరమును నశింపజేయును. త్రిదోషశమనము. దేహకాంతి నొసంగును. లూతా విషమును, సర్పవిషమును హరించును. భూతముల వలన, రాక్షసుల వలన గలుగు బాధలను వినాశనమొనర్చును.

ఈ ఓషధిని భానువాసరయుత సూర్యగ్రహణ సమయమున గ్రహించుట కార్యసిద్ధి దాయకమని ప్రాజ్ఞుల యొక్క భావము.

వివాహాది శుభ సమయముల యందు మరియు పర్వదినముల యందు, మంగళతోరణములుగా మామిడి ఆకులను గృహప్రాంగణ మందలంకరించు సాంప్రదాయము ఓషధీ సత్ప్రయోజనమునూహించి యేర్పడినది.

ఓషధిని నేనేఅని కృష్ణపరమాత్మ అర్జునుని గూర్చి పలికినట్లు భగవద్గీతయందలి "అహంక్రతురహంయజ్ఞః స్వధాహమహమౌషధం" అను శ్లోకము వలన వ్యక్తమగుచున్నది. కనుక ఓషధి పరమ పవిత్రము. మరియు భగవద్గీతయందే "అశ్వత్థస్సర్వవృక్షాణాం" అని రావి వృక్షమునకు ప్రాధాన్యత గల్పింపబడినది. అశ్వత్థమనగా! రావి రావి యొక్క గుణము ధన్వంతరి నిఘంటువు నందు యీవిధముగా వివరింపబడినది.

"పిప్పలో దుర్జరశ్శీతః పిత్తశ్లేష్మవ్రణాస్రజిత్
యోని దోషం రక్తదోషం దాహపిత్తకఫాన్ జయేత్"

శ్రీశంకరాచార్య విరచిత శివానందలహరిలో, భగవత్సాయుజ్యము నాకాంక్షించు భక్తుని యొక్క చేతోవృత్తింగూర్చి, ఉపమానముగా "అంకోలం నిజబీజసంతతిః..........ప్రాప్నోతి" అని పలుకబడినది. అనగా! ఊడుగచెట్టునుండి, పండిరాలిపడిన ఊడుగ బీజములు, సహజముగనే ఊడుగచెట్టు యొక్కమూలము నాశ్రయించి యుండును. ఇచ్చట ఓషధియొక్క సహజస్వభావము వివరింపబడినది

## * ఫలశ్రుతి *

విద్వద్వైద్యవరేణ్యులున్ సుకవులున్ విజ్ఞాన సంపన్నులున్
విద్వాంసుల్ ముదమంద వ్రాసితిని సంవిస్తారమేపారగా
నుద్వేగంబుననెవ్వరీ కృతిని యచ్చొత్తించునవ్వారికిన్
సద్వాంఛా ప్రతిపాది గావుత గృపన్ క్ష్మాజాప్రియుండెప్పుడున్"

సాహితీయుత సద్వైద్య సరణి మెలగు
సజ్జనావలికెలమిని సర్వవిభవ
భవ్య సమ్మోద కామ్యార్థ భరిత చిరత
రాయురారోగ్య సంసిద్ధియమరుగాత.

సంపూర్ణము

స మ స్త స న్మం గ ళా ని భ వం తు

శాం తి శ్శాం తి శ్శాం తిః